


قیمت فی شمارہ 45 روپے

# جڑی بوٹیوں کی چائے! حیرت انگیز کمالات

## مرحوم باپ نے دیا خواب میں وظیفہ

## جدید فیشن یا صرف ڈیپریشن؟ فیصلہ آپ کا!

- ڈیپریشن! فطرت کے مسیحا سے علاج کروائیں؟
- درود شریف اور صدقہ سے بے بہا رزق پائیں
- مٹی کے ذریعے علاج! آزمائیں لاجواب پائیں
- کمپیوٹر حلوے کے گیارہ فائدے
- چھ ماہ کی بچی سے جن کی دوستی

- موٹاپے کے
- محاذ پر
- اصولی جنگ



جنات سے ملاقات کی سچی انوکھی اور دل کو ہلا دینے والی داستانیں نمبر وار پڑھیں

## اونٹنی کا دودھ!

## رزق میں وسعت کا پچاس سالہ آزمایا عمل

## خاندان بھر کی صحت کا ضامن

## نزلہ زکام اور کھانسی اب نہیں!!!

حضرت حکیم صاحب کی آمد گجرات۔ بہاولپور تفصیلات ٹائٹل کی بیک پر

# فہرست مضامین



ایڈیٹر کا مضمون نگار سے متفق ہونا ضروری نہیں


عبقری جسمانی فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ۝ القرآن

یاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

سرپرستی: حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت) حضرت علامہ لاہوتی پراسراری دامت برکاتہم العالیہ

شمارہ نمبر 5 | جلد نمبر 9 | نومبر 2014ء محرم الحرام 1436 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک






ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی چشتی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 45 روپے | سالانہ ممبرشپ بمعہ ڈاک خرچ 690 روپے، بیرون ملک سالانہ 63 امریکی ڈالر


## سیلاب زدگان اور عبقری ٹرسٹ

عبقری ٹرسٹ نہایت خاموشی کیساتھ معاشرے کے ایسے لوگوں تک ان کی ضروریات پہنچا رہا ہے جو سفید پوش ہیں' خصوصاً حالیہ سیلاب سے متاثرہ افراد کو راشن اور سینکڑوں سلے ہوئے کپڑے ان تک پہنچائے گئے اور ان کی مستقل بحالی کیلئے حتی الامکان کوشش کی گئی۔ ان کی عزت نفس کا خیال رکھتے ہوئے مستحق حق داروں کی مالی معاونت بھی کی گئی۔ اسی طرح غریب و بے سہارا بچیوں کی شادیوں کا احسن طریقے سے انتظام کیا گیا۔ عبقری ٹرسٹ کی طرف سے متاثرہ افراد کیلئے ادویات فراہم کی گئیں۔

## عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' اپنی زکوٰۃ' صدقات' عطیات اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں جمع کروادیں۔ شکریہ!

رجسٹریشن نمبر RP/6237/L/S/10/1534

## فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں!

کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں' رسائل' ڈائجسٹ' میگزین وغیرہ۔ آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ بنیں۔ مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں' ایڈیٹر عبقری کو ہدیہ کی نیت سے ارسال کریں' وہ محفوظ ہونگی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک' ٹرین یا ڈاک خانہ کے ذریعے دفتر ماہنامہ عبقری چیزیں بھیج دیں۔ شکریہ! نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

## حضرت حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے

صرف اس نمبر 0322-4688313 پر وقت لیکر آئیں۔ حضرت حکیم صاحب صرف (پیر' منگل' بدھ' جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ بغیر وقت لیئے آنیوالے حضرات سے معذرت' بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہوجائیگی یہ شیڈول تمام ملاقاتوں کیلئے ہے۔ (روحانی و جسمانی دونوں)


خط و کتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3 عبقری اسٹریٹ نزد قرطبہ مسجد مزنگ چونگی لاہور

عبقری دفتر اتوار کو بند ہوتا ہے

نقشہ: مزنگ چونگی قرطبہ مسجد کے ساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔

فون / فیکس 042-37425801-37425802-37425803


محمد طارق محمود نے اظہار سنز پرنٹرز 9 ریٹی گن روڈ لاہور سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

بعض اوقات مجھے ایسا لگتا ہے کہ میرا جسم جکڑا ہوا ہے نہ نماز نہ ذکر اور نہ ہی کسی عبادت میں دل لگتا ہے۔ مگر جب میں روحانی غسل کرتا ہوں تو جسم بالکل ہلکا ہو جاتا ہے۔ (م،ع)

# آسمان کی طرف سر اٹھا کر استغفار کیجئے اللہ مسکرا کر معاف کردیں گے

حضرت علی بن ربیعہ رحمۃ اللہ علیہ کہتے ہیں مجھے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اپنے پیچھے بٹھایا اور حرہ کی طرف لے گئے۔ پھر آسمان کی طرف سر اٹھا کر فرمایا: اے اللہ! میرے گناہوں کو معاف فرما! کیونکہ تیرے علاوہ اور کوئی گناہوں کو معاف نہیں کرتا۔ پھر میری طرف متوجہ ہوکر مسکرانے لگے' میں نے کہا: اے امیرالمومنین! پہلے آپ نے اپنے رب سے استغفار کیا' پھر میری طرف متوجہ ہوکر مسکرانے لگے' یہ کیا بات ہے؟ انہوں نے فرمایا: حضور نبی اکرم ﷺ نے ایک دن مجھے اپنے پیچھے بٹھایا تھا' پھر مجھے "حرہ" کی طرف لے گئے تھے۔ پھر آسمان کی طرف سر اٹھا کر فرمایا: اے اللہ! میرے گناہوں کو معاف فرما کیونکہ تیرے علاوہ اور کوئی گناہوں کو معاف نہیں کرتا۔ پھر میری طرف متوجہ ہوکر مسکرانے لگے تھے۔ میں نے کہا یا رسول اللہ ﷺ! پہلے آپ ﷺ نے اپنے رب سے استغفار کیا پھر میری طرف متوجہ ہوکر مسکرانے لگے' اس کی کیا وجہ ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: اس وجہ سے مسکرا رہا ہوں کہ میرا رب اپنے بندے پر تعجب کرکے مسکراتا ہے (اور کہتا ہے) اس بندے کو معلوم ہے کہ میرے علاوہ اور کوئی گناہوں کو معاف نہیں کرتا۔ (حیاۃ الصحابہ جلد ۲ صفحہ ۳۵۰)

# حالِ دل

## جو میں نے دیکھا سنا اور سوچا

## زندگی نام نصیحت کا

شاہ عالم مارکیٹ لاہور میں ہر پل زندگی کی اور تجارت کی گہما گہمی رہتی ہے۔ ایک تاجر مجھے بتانے لگے ایک بیوپاری پٹھان میرے پاس آیا اس نے پچاس ہزار روپے ادھار لیے اور جیب میں ڈال لیے اور جا کر ویگن میں بیٹھ گیا' ویگن ابھی خالی تھی' وقفے وقفے سے سواریاں بیٹھ رہی تھیں۔۔۔ مکمل بھری نہیں تھی لیکن تھوڑی ہی دیر میں اسے احساس ہوا کہ اس کی جیب کٹ گئی ہے۔۔۔ لیکن وہ مطمئن تھا خود ہی کہنے لگا کہ مجھے اطمینان' اعتماد اور تسلی تھی کہ میں نے سدا اپنے مال کی زکوٰۃ ادا کی ہے اور صدقہ خیرات کرتا رہتا ہوں اور اس نے مسلسل انا للہ وانا الیہ راجعون پڑھنا شروع کیا۔ تھوڑی ہی دیر میں ایک نامعلوم صاحب آئے اور پچاس ہزار روپے اسے پکڑا کر جلدی سے چلے گئے۔ ایک اور واقعہ سنایا شاہ عالمی میں ایک تاجر کا بیٹا مزاج کا بہت سخت' طبیعت کا بہت کرخت عین جوانی 19 سال کی عمر میں مزدوروں سے مال اٹھواتا' کام کرواتا اور ان کی مزدوری میں کوئی احساس نہیں کرتا بلکہ بعض اوقات مزدور شکوہ کرتے کہ ہماری مزدوری اس کی طرف رہتی لیکن چونکہ مزاج میں سختی اور جسے عام طور پر لوگ "بدمعاش" کہتے' کوئی بول نہیں سکتا تھا۔ آخر مزدوروں کی آہیں کہاں ضائع جاتی ہیں۔۔۔ مزدوروں کی آہیں لگیں کوئی ایسا ایک واقعہ ہوا جس کی وجہ سے اسے گولیاں لگیں اور وہ شخص مزدوروں کی آہوں کا مقابلہ نہ کرسکا کیونکہ غریب اور مزدور کی آہ کا عرش کے ساتھ خاص معاملہ ہوتا ہے اور یوں جوانی میں زندگی کی بازی ہار بیٹھا۔ ایک دوسرا شخص تاجر وہ بھی مزدور کی مزدوری کا خیال نہیں رکھتا تھا اور مزدوری لوگوں کی ہڑپ کر جاتا تھا' سلسلہ چلتا رہا آخر اس کے گردے فیل ہوگئے۔ وہ پیسہ جو مزدوروں سے بچایا تھا وہ گردوں پر لگنا شروع ہوگیا اور بیماری کے نام پر واپسی شروع ہوئی۔ لاکھوں لگ گئے اور آخر کار مرگیا۔ انوکھی بات: موصوف کہنے لگے میرے نانا کی دکان انارکلی میں تھی' ان کے ساتھ ایک مٹھائی کی دکان تھی رات گئے تک وہ مٹھائی کی دکان کھلی رکھتے۔ میرے نانا نے ان سے اس کی وجہ پوچھی تو کہنے لگے کہ رات کو اکثر جنات مٹھائی لینے آتے ہیں۔ کیونکہ جنات کے ہاں مٹھائی کا استعمال بہت زیادہ ہے۔۔۔

اگر آپ چاہتے ہیں کہ قیامت دن اللہ تعالیٰ آپ کے عیوب کی پردہ پوشی فرمائے تو آپ مسلمانوں کے عیوب کی پردہ پوشی کیجئے کسی کو شرمندہ کرنے اور عیوب تلاش کرنے سے دور رہیے

درس روحانیت وامن

# رب کا پیار اور موت کی تکلیف

شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ

ہفتہ وار درس سے اقتباس

**عبداللہ مجذوب (عبدالحمید) کی کچھ نصیحتیں:** عبداللہ مجذوب میرے مرشد ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کے پاس ہوتے تھے ان کا نام تو عبدالحمید تھا مگر مرشد ہجویری رحمۃ اللہ علیہ ان کو عبداللہ کے نام سے پکارتے تھے۔ عبداللہ (عبدالحمید) مجذوب رحمۃ اللہ علیہ کبھی کبھی کہتے تھے کہ: ''ملازم پیشہ لوگوں سے سیکھو کہ رب کیسے ملتا ہے۔'' جو ملازم پیشہ ہوتے ہیں ان کی نظر کبھی اپنی کرسی پر نہیں ہوتی بلکہ اپنے سے بڑی کرسی پر نظر ہوتی ہے کہ کوئی ایسا موقع ملے کہ میں اس کرسی پر چلا جاؤں۔ ایک دفعہ کہنے لگے: ''یہ جذبہ بعض اوقات اتنا قوی ہو جاتا ہے اور اتنا مضبوط ہو جاتا ہے کہ پھر دعائیں مانگتے ہیں کہ جلدی ریٹائر ہو جائے یا میرا افسر جلدی مر جائے تاکہ مجھے اس کی کرسی مل جائے اور پھر جب وہ اس کرسی تک پہنچ جاتا ہے تو پھر اچھے بقیہ دن گنتا ہے۔''

صوبے کا ایک بہت بڑا افسر ایک دفعہ مجھے کہنے لگا کہ میری ریٹائرمنٹ کو نو ماہ اتنے دن رہتے ہیں اور پھر جب وہ اپنی ملازمت سے ریٹائر ہوتا ہے، ریٹائر ہونے سے مراد جبری ریٹائر ہونا بھی ہے تو پھر وہ بیمار ہو جاتا ہے اور پھر پریشان بھی ہو جاتا ہے۔ بہت کم ایسے لوگ ہونگے جو بیمار اور پریشان نہیں ہوتے ہونگے۔ یہ میرے ذاتی مشاہدے کی بات ہے اور یہ وہی لوگ ہوتے ہیں جن کا پہلے سے ہی اللہ سے تعلق بنا ہوتا ہے اور وہ جان چکے ہوتے ہیں کہ کرسی کا اقتدار یا دنیاوی اعلیٰ منصب یہ سب کچھ عارضی ہے۔۔۔! یہ میری زندگی کی گلی کی راہ گزر تھی۔۔۔! میری منزل کہیں اور ہے اور میری راہیں کہیں اور ہیں۔ پھر کبھی کبھی وہ مجذوب کہتا تھا کہ اگر اللہ کو پانا ہے تو انداز فرمانبردار بیوی سے سیکھو۔ فرمانبردار بیوی ہمیشہ شوہر کی چاہت پر نظر رکھتی ہے۔۔۔! اس کی ہر پسند و ناپسند کا خیال رکھتی ہے۔۔۔! بس ان فرمانبردار بیوی سے سیکھو کہ رب کی چاہت کیسے پوری کرنی ہے!

**ماں کی ممتا سے رب کی تلاش:** اور کبھی کبھی وہ مجذوب کہتے تھے کہ اگر اللہ جل شانہٗ کو پانا ہے تو پھر ماں کی ممتا سے سیکھ لو۔ بیٹے کی ماں سے پوچھو کہ تیرا دل سارا دن اولاد کی فکر میں انکار رہتا ہے یا نہیں۔۔۔؟ پھنسا رہتا ہے یا نہیں۔۔۔؟ بھٹکا رہتا ہے یا نہیں۔۔۔؟ جب وہ سکول جاتا ہے تو ماں بیٹھے بیٹھے ہی اس کے تصور میں کھو جاتی ہے اور سوچتی رہتی ہے کہ میرا بچہ اس وقت کس کیفیت میں بیٹھا ہوگا۔۔۔؟ کس حالت میں بیٹھا ہوگا۔۔۔؟ اب کیا کر رہا ہوگا۔۔۔؟ نامعلوم اس کو پیشاب کی حاجت ہوگی۔۔۔! پیاس لگ رہی ہوگی۔۔۔! بھوک لگ رہی ہوگی۔۔۔! میرا چاند کیسا ہوگا۔۔۔! انہیں خیالوں میں گم سم اس کا طلسم اس وقت ٹوٹتا ہے جب اس کا بچہ آ کر ماں کو پکار کر سلام کرتا ہے۔۔۔! اس کی چاہت بھری نظریں جو سارا دن اس کی آمد کی منتظر تھیں ایک دم اس کو اٹھا کر سینے سے لگا کر چومتی ہے۔ اسی طرح جب ساری زندگی بندہ اللہ کو چاہتا رہے گا۔۔۔! ہر حال میں، ہر ہر سانس میں، ہر ہر پل میں، ہر ہر موقع میں، ہر ہر لمحے میں، ہر ہر خوشی میں اور ہر غم میں جب بندہ اپنے ساتھ رب کی چاہت اپنے رب کے پاس لے کر جائے گا تو رب بھی اسکو اپنی رحمت کی چھاتی سے لگائے گا۔ یہ مجذوب کی باتیں عرض کر رہا ہوں۔ ایسے جیسے ماں اپنے بچے کو اپنی رحمت اور اپنی محبت سے اسکو بھینچتی ہے تو ایسا بندہ جو اللہ جل شانہٗ کی محبت ہی میں جیتا اور مرتا ہے۔

**رب کا پیار اور موت کی تکلیف:** تو جب اس کو موت آتی ہے تو پھر یہ موت کی سختی اور قبر کی سختی اس کیلئے ایسے ہوتی ہے جیسے ماں کو بہت زیادہ پیار آئے تو ماں زور سے اور پیار سے بھینچ بھی لیتی ہے اور اس طرح بھینچنے سے وہ بچہ رو پڑتا ہے وہ تو ماں کی محبت میں روتا ہے اور اس کے دل میں اس وقت محبت کی کیفیات ہوتی ہیں۔ مجذوب نے فرمایا اس کی روح ایسے نکلے گی اور موت کا منکر نکیر کا سوال و جواب بھی بس ایسے ہی ہو جائے گا۔ اور ان لمحوں میں اللہ پاک اس کے ساتھ عافیت کا معاملہ فرمائیں گے۔

**رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا کی پاکیزہ زندگی:** حضرت رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا بیالیس سال کی عمر میں واصل بحق ہوئیں تھیں۔ اس دور میں اللہ کی کتنی ہی بندیاں آئیں اور کتنی ہی ایسی بندیاں تھیں جن کا نام بھی رابعہ تھا۔ زمانے نے نہ ان کا نقش و نگار یاد رکھا۔۔۔! نہ ان کا نام۔۔۔! تیرہ سو سال میں کتنے نقش و نگار تھے جو مٹ گئے۔ زمانے نے تو صرف رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا کو یاد رکھا حالانکہ وہ خالص حبشی خاتون تھیں۔ نہ کوئی حسب تھا نہ کوئی نسب تھا۔ بکی ہوئی باندی تھیں۔ شوہر کے وصال کے بعد بیوہ بھی ہو گئیں۔ غربت، تنگ دستی اور فقر و فاقہ کی ماری ہوئی تھیں۔ دنیا کے اعتبار سے کوئی ایسی قابل ذکر چیز نہیں تھی جس کی وجہ سے دنیا والے رابعہ بصری رحمۃ اللہ علیہا کو چاہیں۔ یا ان کی کوئی نشانی باقی رہ جائے۔ یادگیری کی کوئی ایسی چیز نہیں تھی۔ رات کو اپنے شوہر سے پوچھتیں آپ کو میری خدمت کی ضرورت ہے؟ اور پوچھتی کہ اگر آپ کو میری خدمت کی ضرورت نہیں تو کیا مجھے اجازت ہے کہ میں اپنے رب سے مصلے پر تھوڑی باتیں کرلوں۔۔۔؟ اور اجازت ملنے کے بعد پھر وہ ہوتی تھیں اور ان کا رب ہوتا تھا۔ (جاری ہے)

## درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری سے پچھلے چند مہینوں سے منسلک ہوں اور عبقری کے توسط سے ہی میں آپ کے درس روحانیت وامن میں ہر جمعرات شرکت کرتی ہوں۔ محترم حکیم صاحب! درس میں شرکت کی وجہ سے مجھ میں انقلابی تبدیلیاں رونما ہوئی ہیں۔ میرے خیالات' الفاظ سب بدل گئے ہیں' میں حیران ہوتی ہوں کہ میں وہی (ن) ہوں' جو ہر وقت بے انتہا اور بے وجہ غصے میں رہتی تھی' جس کا گانوں کے بغیر گزارا نہیں تھا' آج اگر گانوں کی آواز کان میں پڑ جائے تو کانوں کو تکلیف ہوتی ہے۔ نماز تو میں کافی سالوں سے پڑھ رہی ہوں لیکن اب لگتا ہے کہ جتنی بھی نمازیں پڑھی صرف اشارے کرتی رہی اب سمجھ آیا ہے کہ نماز کیا ہوتی ہے' خدا سے مانگنا کیا ہوتا ہے' کیسے مانگتے ہیں' اللہ اور اس کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی محبت کیا ہوتی ہے۔ یہ سب درس روحانیت وامن میں شرکت کی وجہ سے ہوا کہ میں اتنی بدل گئی ہوں۔ (س، ا)

سوڑھوں سے خون: کوڑتمبے کی مسواک دن میں دو مرتبہ صبح و شام کرنے سے مسوڑھوں سے خون آنا بالکل بند ہو جاتا ہے اور دانت مضبوط ہو جاتے ہیں۔ (خالدہ بھٹی، احمد پور شرقیہ)

# شانِ حیدر کرار رضی اللہ تعالیٰ عنہ

محمد اعجاز مصطفیٰ

**جب نبی کریم ﷺ کو ان کے آنے کی خبر ملی تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو میرے پاس بلاؤ' لوگوں نے عرض کیا کہ وہ آنے کی طاقت نہیں رکھتے' پس آپ ﷺ خود ان کے پاس تشریف لے گئے اور ان کو دیکھ کر لپٹا لیا**

امیر المومنین حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بن ابی طالب رسول اللہ ﷺ کے چچازاد بھائی ہیں۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی والدہ فاطمہ بنت اسد بن ہاشم تھیں' کنیت ان کی ابوالحسن تھی۔ رسول اللہ ﷺ کے (چچازاد) بھائی اور آپ کے داماد یعنی آپ کی صاحبزادی سیدہ فاطمۃ الزہراء رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے شوہر تھے۔ مدینہ کی طرف ہجرت کی اور بدر میں' خندق میں اور بیعت الرضوان میں اور تمام مشاہد میں سوا تبوک کے رسول اللہ ﷺ کے ہمراہ شریک رہے' تبوک میں آنحضرت ﷺ نے ان کو اپنے اہل وعیال کی نگہداشت کیلئے چھوڑ دیا تھا تمام مشاہد میں ان سے کارنمایاں ظاہر ہوئے' جب غزوۂ احد میں مصعب بن عمیر رضی اللہ عنہ جن کے ہاتھ میں جھنڈا تھا شہید ہوئے تو پھر رسول اللہ ﷺ نے جھنڈا حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو دیا۔ آپ ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے فرمایا' "تم دنیا و آخرت میں میرے بھائی ہو" **حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا اسلام:** حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بن ابی طالب ایک دن کے بعد یعنی جبکہ حضرت خدیجہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا اسلام لا چکیں اور آپ ﷺ کے ہمراہ نماز پڑھ چکیں اس کے ایک دن کے بعد آئے وہ فرماتے تھے کہ میں نے دیکھا کہ دونوں نماز ادا فرما رہے ہیں' حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ: "اے محمد (ﷺ)! یہ کیا چیز ہے؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: یہ خدا کا دین ہے جو اس نے اپنے لیے پسند فرمایا ہے اور جس کی تبلیغ کیلئے پیغمبروں کو بھیجا میں تمہیں اللہ کی طرف اور اس کی پرستش کی طرف بلاتا ہوں اور لات و عزیٰ کے انکار کرنے کی ترغیب دیتا ہوں' حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا یہ تو ایک ایسی بات ہے جو میں نے آج سے پہلے نہ سنی تھی لہٰذا میں اس کے متعلق کوئی فیصلہ نہیں کر سکتا جب تک ابوطالب سے اس کا ذکر نہ کرلوں۔ رسول اللہ ﷺ کو یہ بات ناپسند ہوئی کہ قبل اس کے آپ ﷺ اپنے معاملہ کا اظہار کرنا چاہیں افشائے راز ہو جائے' پس آپ ﷺ نے فرمایا کہ اے علی! اگر تم اسلام نہیں لاتے ہو تو اس راز کو پوشیدہ رکھو' پس حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ اس شب کو خاموش رہے پھر اللہ نے ان کے دل میں اسلام کی محبت ڈال دی اور صبح کو رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کیا کہ اے محمد ﷺ شب کو آپ ﷺ نے مجھ سے کیا فرمایا تھا' حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: میں نے یہ کہا تھا کہ تم اس بات کی شہادت دو کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں وہ ایک ہی ہے کوئی اس کا شریک نہیں اور لات و عزیٰ کا انکار کر دو اور خدا کے ساتھ شرک کرنے سے بری ہو جاؤ۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اس کو منظور کر لیا اور اسلام لائے حضرت ابوطالب کے خوف سے پوشیدہ طور پر آپ کے پاس آیا کرتے تھے اور اپنا اسلام مخفی رکھتے تھے۔" مجاہد روایت کرتے تھے کہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ دس برس کی عمر میں اسلام لائے تھے۔ **حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی ہجرت:** مدینہ منورہ کی طرف ہجرت کے موقع پر آنحضرت ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو پیچھے چھوڑ دیا تھا تاکہ وہ آپ کے گھر والوں کو لے کر آئیں اور انہیں حکم دیا تھا کہ جس قدر امانتیں اور وصیتیں آپ کے پاس ہیں نیز جس شب کو آپ ﷺ چلے اس شب کو حکم دیا تھا کہ میرے بستر پر سو رہو اور فرمایا کہ جب تم میرے بستر پر رہو گے قریش مجھ کو تلاش نہ کریں گے چنانچہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ آپ ﷺ کے بستر مبارک پر لیٹ گئے' کفار قریش آپ ﷺ کے بستر مبارک پر نظر لگائے ہوئے تھے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اس پر لیٹا ہوا دیکھ کر سمجھتے تھے کہ نبی کریم ﷺ لیٹے ہوئے ہیں یہاں تک کہ صبح ہو گئی اور انہوں نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اس بستر پر دیکھا تو کہنے لگے کہ اگر محمد (ﷺ) باہر گئے ہوتے تو علی (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) کو ضرور اپنے ساتھ لے جاتے' بس اسی خیال میں وہ نبی کریم ﷺ کی تلاش سے باز رہے۔

نبی کریم ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو حکم دیا تھا کہ تم مدینہ میں آ کر مجھ سے ملنا' چنانچہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ آپ ﷺ کے گھر والوں کو لے کر چلے' شب کو چلتے تھے اور دن کو پوشیدہ ہو جاتے تھے۔ یہاں تک کہ مدینہ پہنچ گئے جب نبی کریم ﷺ کو ان کے آنے کی خبر ملی تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو میرے پاس بلاؤ' لوگوں نے عرض کیا کہ وہ آنے کی طاقت نہیں رکھتے' پس آپ ﷺ خود ان کے پاس تشریف لے گئے اور ان کو دیکھ کر لپٹا لیا اور ان کے قدموں کی جو حالت دیکھی کہ ورم کر گئے ہیں اور ان سے خون ٹپک رہا ہے تو آپ ﷺ ازراہ محبت رونے لگے آپ ﷺ نے اپنا لعاب دہن اپنے ہاتھ میں لے کر ان کے پیروں پر مل دیا اور ان کو عافیت کی دعا دی تو اس وقت سے کبھی ان کے قدموں میں تکلیف نہیں ہوئی یہاں تک کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ شہید ہو گئے۔

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ مجھے رسول اللہ ﷺ نے یمن بھیجا میں نے عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ آپ ﷺ مجھے یمن بھیجتے ہیں اور لوگ مجھ سے مقدمات کا فیصلہ کرائیں گے حالانکہ مجھے اس کا کچھ علم نہیں ہے۔ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: قریب آؤ میں قریب ہو گیا آپ ﷺ نے اپنا ہاتھ میرے سینہ پر مارا پھر آپ نے فرمایا کہ: "اے اللہ ان کی زبان کو ثابت قدم رکھ اور ان کے قلب کو ہدایت کر" پس قسم اس ذات کی جس نے دانہ سے درخت نکالا اور جان کو پیدا کیا اس کے بعد کبھی کسی مقدمہ کے فیصلہ کرنے میں مجھے شک نہیں ہوا۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بن ابی طالب فرماتے تھے کہ دنیا مردار ہے جو شخص اس میں سے کچھ لینا چاہے تو وہ کتوں کے ساتھ اختلاط کرنے پر صبر کرے۔ حضرت عمار بن یاسر فرماتے تھے کہ میں نے رسول اللہ ﷺ سے سنا ہے کہ آپ ﷺ علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بن ابی طالب سے فرماتے تھے کہ اے علی (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) اللہ عزوجل نے تم کو ایک ایسی خوبی عنایت کی ہے کہ اس سے بہتر خوبی اپنے بندوں میں سے کسی کو نہیں دی وہ خوبی یہ ہے دنیا کی طرف سے زاہد (یعنی بے رغبت) رہنا تم کو خدا نے ایسا بنایا ہے کہ تم دنیا سے کچھ بھی نہیں لیتے اور دنیا تم سے کچھ نہیں لیتی ہے اور اللہ تعالیٰ نے تم کو مساکین کی محبت عنایت کی ہے وہ تم کو اپنا پیشوا بنا کر خوش ہیں اور تم ان کو تابعدار بنا کر خوش ہو پس خوشی ہو اس کو جو تم سے محبت رکھے اور ہلاکت ہو اس کو جو تم سے اے علی (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) بغض رکھے اور تم پر جھوٹ بولے جو تم سے محبت رکھتے ہیں وہ (جنت میں) تمہارے ہمسائے اور تمہارے رفیق ہوں گے اور جو لوگ تم سے بغض رکھتے ہیں اور تم پر جھوٹ باندھتے ہیں اللہ پر حق ہے کہ قیامت کے دن جھوٹوں کے کھڑے ہونے کی جگہ پر کھڑا کرے۔

امیر المومنین حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے کبھی سونا جمع نہیں کیا ان کے بیٹے حضرت حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ صرف چھ سو درہم چھوڑ گئے تھے جس سے انہوں نے ایک غلام خریدنا تھا۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے اللہ تعالیٰ کے قول: الذین ینفقون اموالھم باللیل والنھار سرا وعلانیۃ کی تفسیر میں روایت کیا ہے کہ یہ آیت حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بن ابی طالب کے حق میں (باقی صفحہ نمبر 26 پر)

جسم کے اعضاء سے پناہ کی دعا: حضور نبی اکرم ﷺ نے جسم کے اعضاء سے پناہ کی یہ دعا بتائی: اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنْ شَرِّ سَمْعِیْ وَمِنْ شَرِّ بَصَرِیْ وَمِنْ شَرِّ مَنِیِّیْ۔ (سنن نسائی)

# کیا بچوں کی تربیت کرنا اکیلی ماں کی ذمہ داری ہے

ب۔ [illegible]

قارئین! آج میں معاشرے کا ایک باب لیکر آپ کے سامنے حاضر ہوئی ہوں جس پر شاید بہت کم لوگ بات کرتے ہیں اور گھروں میں پلتے اس ناسور کی وجہ سے ہماری نسلیں برباد ہو رہی ہیں اور وہ ناسور یہ ہے کہ ہمارے معاشرے میں کچھ ایسے مرد حضرات بھی ہیں جو بیوی کو بچوں کے سامنے بے عزت کرنا، مارنا اور ڈانٹنا اپنا فرض سمجھتے ہیں۔ ہر وقت بچوں کو بیوی کے خلاف بھڑکا کر خوب اکڑ کر چلتے ہیں اور جب یہی بچے بڑے ہوتے ہیں تو ان کی شخصیت پر کیا اثرات ہوتے ہیں اسی پر میں آج بات کروں گی:۔

بچوں کی تربیت میں کس کا ہاتھ زیادہ ہوتا ہے ماں یا باپ کا! بقول ہمارے معاشرے کے بچوں کی تربیت ماں کی گود سے شروع ہوتی ہے اور اگر ماں بچے کی تربیت اچھی کرنا چاہے اور شوہر ساتھ نہ دے اپنی بیوی کو وہ مقام نہ دے جس کی وہ حق دار ہے یعنی شوہر جب بچے شعور کی دنیا میں قدم رکھتے ہیں تو اگر ماں بچے کو کسی غلط بات پر یا گالی گلوچ کرنے پر ماں منع کرے اور ڈانٹ دے اور شوہر بیوی کو ہی برا بھلا کہے اور سخت الفاظ میں بچوں کے سامنے بیوی پر ہاتھ اٹھائے اور ان کے سامنے کہے کہ بچے کو کیوں مارا یا ڈانٹا؛ حالانکہ باپ کے سامنے بچے نے اپنی ماں کو گالی نکالی اس کے باوجود بچے کے منہ پر تھپڑ مارنے کے بجائے بیوی پر ہاتھ اٹھائے اور بچے کی سائیڈ لی اور بیوی کو بے عزت کرے! تو وہاں بچے کی تربیت کیلئے ماں کیا کر سکتی ہے۔۔۔؟؟؟ شوہر اگر بیوی کے ساتھ مل کر بچوں کی بہتر پرورش کرے تو بچے بہترین ماحول میں پرورش پا کر ایک کامیاب انسان بن سکتے ہیں۔ ہمارا معاشرہ یہ کیوں کہتا ہے کہ اولاد کی تربیت صرف ماں ہی کرتی ہے جبکہ میرا خیال ہے کہ ماں باپ مل کر ہی بچوں کی تربیت کرتے ہیں ہاں۔۔۔ اس صورت میں ماں اکیلی بچوں کی تربیت کرتی ہے جب شوہر کاروبار کیلئے ملک سے باہر ہوں یا عورت بیوہ ہو۔۔۔ اس پر یہ قانون لاگو آتا ہے کہ ماں نے بچے کی کیسی تربیت کی ہے لیکن جب میاں بیوی بچوں کے ساتھ رہتے ہیں تو دونوں ہی بچوں کی تربیت کے ذمہ دار ہیں۔ بچوں کی تربیت اس صورت میں بہتر ہوتی ہے جب شوہر بیوی کا ساتھ دے اگر ماں بچے کو کسی بات پر سرزنش کر رہی ہے تو شوہر کہے کہ ماں کی بات توجہ سے سنو۔۔۔ وہ جو کہہ رہی ہے صحیح کہہ رہی ہے' تمہاری ہی غلطی تھی آئندہ مجھے تمہاری شکایت نہ آئے اور بیوی کو عزت دے۔ لڑکے تو خاص کر باپ کو کاپی کرتے ہیں وہ بھی باپ جیسا رویہ ماں کے ساتھ رکھتے ہیں۔ آج کل تو کچھ بچے ماں کو باپ کا ڈراوا دیتے ہیں' الٹی گنگا بہنا اسی کو تو کہتے ہیں' ماں کو کہنا چاہیے کہ باپ کو آنے دو شکایت لگاؤں گی۔

ہمارے معاشرے میں کچھ شوہر جو کانوں کے کچے ہوتے ہیں تو بچے بھی ہوشیار ہو جاتے ہیں اور دیکھ لیتے ہیں کہ ابو کو ہم ماں کے خلاف کوئی بات کریں گے وہ ماں سے نہیں پوچھیں گے بلکہ اس کی بے عزتی ہی کریں گے ایسے میں ماں کے دل پر کیا گزرتی ہوگی جو کہ اس کی سگی اولاد شوہر نے اس کی حد بندی پڑھائی ہے ان کو دور رکھا باقی ہر چیز ان کو لیکر مثلاً آئی پیڈ' موبائل' انٹرنیٹ حتیٰ کہ فلمیں ساتھ بیٹھ کر دیکھی جاتی ہیں اب ایسے ماحول میں بچوں کی کیا تربیت ہوگی جب گھر کا سربراہ بچوں کے سامنے ان کی ماں کو گالم گلوچ کرے اس ماحول میں ماں بچوں کے پاس ہوتے ہوئے بھی دور ہے اس کا ذمہ دار کون ہے؟ مجھے تو لگتا ہے کہ وہ وقت آ گیا ہے جب ماں سے بچوں کو ڈانٹنے کا حق بھی چھین لیا گیا ہے اور یہی شاید قیامت کی نشانیوں میں سے ہے۔

قارئین! کوئی ماں اپنی اولاد کا برا نہیں چاہتی' ہاں اس کے طریقہ کار سے کسی کو اختلاف ہو سکتا ہے۔ مگر ہائے رے قسمت! اگر اس کی قسمت میں برا شوہر لکھا ہے تو وہ صرف بیوی کو تنگ کرنے کیلئے بچوں کو برباد کر رہا ہے جس میں سراسر اس باپ کا نہیں نسلوں کا نقصان ہے۔ اس کو اندازہ ہی نہیں ہے کہ بچے قیمتی سرمایہ ہیں جو بیوی کو ذلیل کرنے کیلئے بچوں کو تباہ کر رہا ہے کل کو جوان ہو کر اسی باپ کو جوتے ماریں گے اگر ماں ناراض ہے اور وہ ماں کو منانا چاہتا ہے اور اپنی غلطی کا احساس بھی ہے تو وہاں جاہل شوہر کہے کہ ماں کو منانے کی ضرورت نہیں اس کو ناراض ہی رہنے دو تو وہاں بچہ کیا کرے۔۔۔؟ کس کی سنے۔۔۔ اس دنیا کو دونوں رخ دیکھنے چاہئیں کہ مرد کا اس تربیت میں کتنا ہاتھ ہے کم از کم بچوں کو برائی سے روکے! اگر ماں روک رہی ہے تو اس کا ساتھ دے نہ کہ بے عزت کرے۔ بچے کی تربیت یہاں بھی ایسے خراب ہوتی ہے کہ باپ ان کو پچاس یا سو روپیہ دیتا ہے اور یہی باپ بچے کو ماں کے کمرے کے تالے الماری کے تالے توڑنے کے گر سکھائے تو کیا ایسی حالت میں بچے کیا سیکھیں گے؟ بچوں کی تربیت ماں باپ کے تعلقات سے مشروط ہے' اگر ان کے تعلقات کشیدہ رہیں گے اور باپ بیوی کو نیچا دکھانے کیلئے بچوں کے سامنے ماں کے خلاف زہر اگلتا رہے گا وہ بیٹا ماں کا کس طرح بنے گا! اگر بیٹا ماں کا نہیں بنے گا تو زندگی بھر کسی کا بھی نہیں بنے گا۔

آج تک دنیا میں دیکھا سنا کہ میاں بیوی کی لڑائی میں بچوں کو باپ بیوی کے خلاف کرے بلکہ بیوی جو کام کہے اس کے الٹ ہی چلے' پھر بچے بھی یہی کرتے ہیں۔ ارے۔۔۔! آپ ان سے ان کی جنت ہی چھین رہے ہیں' باپ ماں تو نہیں بن سکتا' معمولی سی بات کو بنیاد بنا کر بچوں کے سامنے بیوی کو برا بھلا کہنا' ایسی ماؤں کو خدا ہی حوصلہ دے کہ ان کے سامنے ہی اس کے بچوں کا باپ بربادی کی راہ پر لیکر جا رہا ہے یہ بے حسی کی انتہا نہیں تو کیا ہے؟ اب آپ ہی فیصلہ کریں کہ کیا میاں بیوی مل کر اولاد کی تربیت کرتے ہیں یا صرف ماں؟ قارئین! چند جاہل مردوں کی وجہ سے ہمارا پورا معاشرہ متاثر ہو رہا ہے خاص طور پر مستقبل کے معمار ہمارے بچے ان حالات میں کیسے کامیاب انسان بن سکیں گے۔

قارئین! کوئی ماں اپنی اولاد کا برا نہیں چاہتی' ہاں اس کے طریقہ کار سے کسی کو اختلاف ہو سکتا ہے۔ مگر ہائے رے قسمت! اگر اس کی قسمت میں برا شوہر لکھا ہے تو وہ صرف بیوی کو تنگ کرنے کیلئے بچوں کو برباد کر رہا ہے جس میں سراسر اس باپ کا کیا۔۔۔ اس کی نسلوں کا نقصان ہے۔

## صالح بیوی اور اولاد کیلئے انمول عمل

درج ذیل دعا کے پڑھنے والے کو اللہ پاک اپنی قدرت سے نیک اور صالح بیوی کے غیبی اسباب پیدا فرمائیں گے' نیک اور صالح اولاد عطا فرمائیں گے' اہل و عیال کی حفاظت فرمائیں گے' گھر اور خاندان پر آئی بلائیں اور آفات ٹال دیں گے' اولاد کو ایسا بنائیں گے جو اس کی آنکھوں کی ٹھنڈک ہوگی' اس کی قبر میں راحت کا سامان ہوگی اور اس کی بخشش کا سبب ہوگی۔ تقویٰ طہارت کے بام عروج پر ہوگی۔ صبح و شام ایک ایک تسبیح پڑھیں۔ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ اَزْوَاجِنَا وَ ذُرِّیّٰتِنَا قُرَّةَ اَعْیُنٍ وَّ اجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِیْنَ اِمَامًا (الفرقان ۷۴) (ج،ر)

اگر آپ چاہتے ہیں کہ ایمان میں ترقی ہوتی رہے تو آپ اپنی نظر کی حفاظت کیجئے اور جب بھی کسی نامحرم پر نظر پڑے تو فوراً ہٹا لیجئے دوبارہ نہ پڑنے پائے۔

# آیت الکرسی اور بدنام زمانہ چور کی توبہ

محمد صادق مظفر گڑھ

**ایک رات چور مولانا کی حویلی کے پاس پہنچ گیا' جانور حویلی کے اندر بندھے ہوئے تھے' چور حویلی کے اندر گھسنے کیلئے دیوار پر چڑھا اس کی آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا گیا' اُسے ایسا محسوس ہوا جیسے کسی پراسرار نادیدہ قوت نے اسے دونوں ہاتھوں سے جکڑ لیا ہو**

وہ چور کیا تھا' علاقہ کیلئے بہت بڑی آفت' بہت بڑی مصیبت سے کم نہ تھا' اکثر سرکاری ملازموں' جاگیرداروں' نوابوں بڑے بڑے زمینداروں کے گھر کی چوریاں کرتا تھا' متعدد بار مقامی تھانہ' تحصیل تھانہ اور ضلع تھانہ کی پولیس نے اسے چوری کے جرم میں گرفتار کیا مگر چور نے اپنی چوریاں جاری رکھیں بعض اوقات کسی جانے والے شخص کو راستے میں روک کر پانچ سو سے لے کر ایک ہزار روپے تک رقم مانگتا تھا' لوگ اس سے خوف کھاتے تھے اور وہ قہقہہ مار کر لوگوں کی جیب سے پانچ سو سے ہزار تک رقم آسانی سے نکال لیتا تھا' وہ جیل میں رہتے ہوئے بھی چوریاں کرواتا رہتا تھا' اس کے تربیت یافتہ چور چوریاں کرکے اس کے گھر کے اخراجات پورے کیا کرتے تھے اس میں ایک خوبی یہ تھی کہ وہ دیندار مذہبی لوگوں سے بہت محبت کیا کرتا تھا۔ وہ علماء' قراء کرام' حفاظ کرام اور غریب لوگوں کی چوریاں نہیں کرتا تھا اگر کسی حافظ قرآن' قاری قرآن' غریب آدمی کی چوری ہو جاتی تو یہ غریب لوگ چور کے پاس جاتے تھے اور اپنے چوری ہونے والے سامان کی تفصیل بیان کرتے تھے تو وہ کہہ دیتا آپ گھر جائیں آپ کا سامان آپ کے گھر پہنچ جائے گا۔ ایک دن چور نے علاقے کے رئیس آدمی کے گھر کی چوری کرنے کا پروگرام بنایا' چور کو ایک دم خیال آیا کہ وہ تو بہت اچھے انسان ہیں اور اپنے علاقہ کے استاد ہیں' میں بھی بچپن میں ان سے پڑھا تھا' میں کئی مرتبہ ان کے گھر سے کھانا بھی کھایا ہے' میں نمک حرامی نہیں کرسکتا' اس سوچ کے ساتھ اس نے مولانا کے گھر چوری کرنے کا پروگرام ختم کردیا' کچھ دن بعد شیطان نے چور کے دل میں پھر وسوسہ ڈالا' چور نے سوچا اگر میں اپنے استاد کے گھر سے تسواری رنگ کی بھینس چوری کرنے میں کامیاب ہوجاؤں تو ایک ہی وقت میں موٹی رقم ہاتھ لگ جائے گی۔ اسی سوچ کے ساتھ ایک رات چور مولانا کی حویلی کے پاس پہنچ گیا' جانور حویلی کے اندر بندھے ہوئے تھے' چور حویلی کے اندر گھسنے کیلئے دیوار پر چڑھا' اس کی آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا گیا' اُسے ایسا محسوس ہوا جیسے کسی پراسرار نادیدہ قوت نے اسے دونوں ہاتھوں سے جکڑ لیا ہو' اتنے میں غیب سے آواز آئی اگر مزید آگے جانے کی کوشش کی تو زمین میں دھنسا دیئے جاؤ گے اگر تم توبہ کرنا چاہتے ہو تو نیچے اتر آؤ آپ کو نئی زندگی گزارنے کا ایک سنہرا موقع دیا جاتا ہے۔ چور یہ سب کچھ دیکھ اور سن کر پسینے سے شرابور ہوگیا' چور کا جسم خوف سے کانپ رہا تھا' اتنے میں کسی نظر نہ آنے والی قوت نے اسے زور سے دیوار کے اوپر سے نیچے پھینکا' چور نے ایک زوردار خوفناک چیخ ماری اور بے ہوش ہوگیا' اس کی چیخ کی آواز سے مولانا جاگ گئے' مولانا لالٹین لے کر باہر آگئے تھوڑا آگے چل کر دیکھا ایک آدمی منہ کے بل اوندھا لیٹا ہوا ہے' مولانا نے جب اس کا چہرہ دیکھا تو دیکھا یہ علاقے کا نامی گرامی چور ہے' مولانا چور کو اٹھا کر اپنی بیٹھک میں لے آئے' محترم قارئین! وہ مولانا ناچیز کے نانا جان تھے نانا جان نے پانی پر اول و آخر ایک مرتبہ درود شریف اور سات مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کیا اور پھر دم کیے ہوئے پانی کو چور کے منہ پر چھڑک دیا' کچھ دیر بعد چور کو ہوش آیا' نانا ابو نے نانی امی کو اٹھایا اور کہا کہ مہمان کیلئے دودھ پتی اور دو عدد انڈے ابال دو۔ نانا ابو نے پھر چور کو سر سے لے کر پاؤں تک دبایا' چور کی خوب خدمت کی' پندرہ منٹ بعد چور اٹھ کر دیوار کے ساتھ ٹیک لگا کر بیٹھ گیا' چائے اور انڈے کھلائے گئے۔ یہ سب کچھ دیکھ کر چور کی آنکھوں سے آنسو جاری تھے اتنے میں نانا ابو نے تہجد کی نماز پڑھی اور چور سے پوچھا بیٹا کیا بات ہے؟ کیوں ہاتھ جوڑ کر کھڑے ہو اور تم رات کو یہاں کیا کرنے آئے تھے' نانا ابو کی میٹھی میٹھی دھیمی باتوں کو سن کر چور پھوٹ پھوٹ کر رونے لگا' استاد جی! مجھے معاف کردیں' میں نے بہت گناہ کیے ہیں' میں نے بہت چوریاں کی ہیں' میں آج آپ کے گھر چوری کرنے کیلئے آیا تھا اور پھر جو چور پر بیتی تھی وہ اس نے لفظ بہ لفظ مولانا صاحب کو سنادیا۔ مولانا! خدا کیلئے مجھے توبہ کروا دیں' میں آئندہ حلال کی روزی کماؤں گا' نانا ابو نے محمد رمضان (سابقہ چور) کو وضو کروایا اور دو رکعت نماز صلوٰۃ التوبہ پڑھوائی اور توبہ کروائی کچھ دنوں بعد نانا ابو نے مجھے بتایا رمضان کیساتھ جو کچھ ہوا وہ آیۃ الکرسی کے عمل سے ہوا ہے' نانا ابو نے کہا میں روزانہ رات کو سوتے وقت تین مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ کر پوری حویلی کی طرف اشارہ کرکے پھونک مارتا ہوں کیونکہ جو شخص ایک مرتبہ آیت الکرسی پڑھتا ہے

(باقی صفحہ نمبر 22 پر)

قسط نمبر 94

اسلام اور رواداری

## پیغمبر اسلام ﷺ کا غیرمسلموں سے حسن سلوک

ابن زیب بھکاری

اس وقت تک تینوں میں سے کسی نے اسلام کی غلامی کا تاج سر پر نہیں سجایا تھا' جنگ بدر کے اختتام پر آپ ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے فرمایا: "جاکر دیکھو ہمارے گھرانے بنوہاشم کے کون کون آدمی گرفتار ہوئے ہیں۔" جناب علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے جاکر دیکھ بھال کی اور آکر گزارش کی کہ چچا عباس' بھائی عقیل اور نوفل بن حارث اسیروں میں داخل تھا۔ یہ سن کر آپ ﷺ تینوں قیدیوں سے ملنے تشریف لے گئے اور حضرت عقیل رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے پاس کھڑے ہوکر فرمایا: "ابوجہل مارا گیا ہے۔" حضرت عقیل رضی اللہ تعالیٰ عنہ بولے: "اب تہامہ میں مسلمانوں کا کوئی مزاحم نہیں رہا" حضرت عقیل رضی اللہ تعالیٰ عنہ بالکل تہی دست تھے اس لیے ان کے چچا حضرت عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اپنی گرہ سے ان کا فدیہ ادا کرکے انہیں آزاد کرایا۔

**"غیرمسلموں کی عبادت گاہیں' ان کے حقوق اور ہماری ذمہ داریاں" کتاب اردو اور انگلش میں پڑھنا ہرگز نہ بھولیں!**

### ہر قسم کی ذلالت سے چھٹکارا

میرا چھوٹا بھائی ہے جو پہلے مجھے ہر وقت گالیاں دیتا رہتا تھا' کوئی جادو کا اثر ہے کیونکہ میرا بھائی پہلے میرا بہت اچھا دوست تھا' پھر دو سال گھر سے باہر رہا ہمارے کسی عزیز کے ہاں جب واپس آیا تو کایا ہی پلٹی ہوئی' سات آٹھ سال اس کی گالیاں سنی ہیں' مگر اب سکون ہے بلکہ جس دن میں نے یہ عمل کیا اس نے گالیاں دینا اسی دن بند کردیں۔ عمل یہ ہے:۔ میں نے تو صرف ایک دفعہ ہی عمل کیا مگر اس وقت جو میرے یقین کی کیفیت تھی وہ میں ہی جانتی ہوں' بس پڑھا اور ہوگیا۔ آدھی رات کو زمین پر پیشانی رکھ کر سجدہ کرنا ہے اور سجدہ میں پچپن مرتبہ اَلْمُذِلُّ پڑھ کر سجدے میں ہی تین بار اِلٰهِیْ اَجِرْنِیْ مِنْ فُلَانٍ یَامُذِلُّ (یاالٰہی امان دے مجھے فلاں شخص سے اے ذلیل کرنے والے)۔ بہت جاتا عمل ہے۔ (پوشیدہ)

زندہ بچھو سپرٹ میں ڈالیں کہ ڈوب کر مر جائے ایک مہینہ اس محلول میں پڑا رہنے دیں اس کے بچھو کاٹنے پر روئی کے پھاہے سے یہ سپرٹ لگائیں' زہر زائل ہو جائے گا۔

# ڈیپریشن! فطرت کے مسیحا سے علاج کروائیں

جو کچھ آپ کھاتے ہیں وہ نہ صرف آپ کو جسمانی طور پر طاقت بخشتا ہے بلکہ ذہنی قوتوں کو بھی جلا دیتا ہے۔ صحت بخش خوراک کھایئے' فطرت کے قریب رہیے اور منفی سوچوں پر قابو پایئے ڈیپریشن خودبخود آپ سے دور بھاگے گا۔

ڈیپریشن یعنی افسردگی' ذہنی تناؤ' بے جا خوف' جذبات کی ابتری' پریشانی' تذبذب' اداسی' رنجیدگی' شدید مایوسی اور ناامیدی سے پیدا ہوتی ہے۔ ڈیپریشن نفسیاتی پیچیدگیوں کے علاوہ بعض مستقل روگ بننے والی بیماریوں میں بھی جنم لیتا ہے۔

ڈیپریشن کی تشخیص اس قدر آسان نہیں ہے۔ اس کی بہت سی بنیادی علامتیں کئی دوسرے جسمانی عوارض سے ملتی جلتی ہیں۔ مثلاً ڈیپریشن کے مریض کو تھکی' بے چینی' قبض' بھوک کا کم ہو جانا' جسم کے مختلف حصوں میں درد' بے زاری اور منفی فکر کا اظہار' قوت فیصلہ سے محرومی وغیرہ جیسی شکایات پیدا ہوتی ہیں۔ ڈیپریشن ایک عارضہ بن جائے تو اس سے شوگر اور بلڈ پریشر کے علاوہ سوزش معدہ کا مرض بھی پیدا ہوتا ہے۔ مریض وہم پرستی کا شکار ہو جاتا ہے۔ ڈیپریشن ذہنی انتشار اور قوت ارادی کی کمزوری کے علاوہ گردوں کے غدود کی ناقص کارکردگی سے بھی پیدا ہوتا ہے۔ غذائی بے اعتدالی' شراب نوشی' سگریٹ کے رسیا' چائے اور کافی سے اپنی قوت کار بڑھانے والے جلد ڈیپریشن کا شکار ہو جاتے ہیں۔ ڈیپریشن کے باعث بدہضمی پیدا ہوتی ہے جس سے پیٹ میں گیس بڑھنے لگتی ہے۔

ایلوپیتھک ڈاکٹر گیس کے مرض کو تسلیم نہیں کرتے بلکہ اسے مریض کا وہم خیال کرتے ہیں جبکہ باقی تمام طریقہ علاج مثلاً طب' ہومیوپیتھک وغیرہ میں گیس کو اہم مرض سمجھا جاتا ہے۔ ڈیپریشن کے باعث جب معدہ پر دباؤ بڑھتا ہے تو اس سے گیس پیدا ہوتی ہے جو دل اور پھیپھڑوں کے قریب شکم پر دباؤ بڑھا دیتی ہے اور اس سے بافتوں کو آکسیجن کی مطلوبہ مقدار نہیں ملتی۔ اس طرح بدن میں کاربن ڈائی آکسائیڈ کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور ڈیپریشن کے مرض کی شدت بڑھ جاتی ہے۔ جب ڈیپریشن شدید ہو کر فرد کی نارمل زندگی میں رکاوٹ بن جائے تو یہ ایک بیماری کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ ایسا عموماً کسی چیز کے نقصان یا نقصان کے خوف کی وجہ سے ہوتا ہے' مثلاً مالی نقصان ہو جائے یا ملازمت ختم ہونے کا خوف ہو۔ یہ مرض عورتوں میں مردوں کی نسبت دوگنا پایا جاتا ہے۔ ڈیپریشن میں دو طرح کی علامات پائی جاتی ہیں جن کی تفصیل درج ذیل ہے:

**نفسیاتی علامات:** ڈیپریشن کے مریض کی چند نفسیاتی علامات بڑی واضح اور نمایاں ہوتی ہیں' وہ اداس رہنے لگتا ہے' بات بات پر اس کی آنکھوں سے آنسو نکل آتے ہیں' کسی کام میں بھی اس کا جی نہیں لگتا۔ اسے اپنے محبوب مشغلوں سے بھی نفرت ہو جاتی ہے۔ وہ اپنے آپ کو بے سہارا اور ناتواں سمجھنے لگتا ہے۔ کوئی احساس جرم اس پر غالب آ جاتا ہے۔ اسے اپنے ہی دوستوں اور عزیزوں سے ڈر لگنے لگتا ہے اور اس میں کسی بات پر سنجیدگی سے غور کرنے کی صلاحیت نہیں رہتی۔ وہ اپنے آپ کو بہت بڑا گنہگار مریض خیال کرنے لگتا ہے۔

**جسمانی علامات:** اگر درج ذیل علامات میں سے کسی فرد میں تین یا اس سے زیادہ پائی جائیں تو وہ ڈیپریشن کا شکار ہے اور اسے علاج کی ضرورت ہے۔ علاج جلد کرایا جائے ورنہ مشکل پیش آئے گی۔

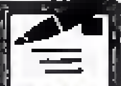
1۔ بھوک کا خاتمہ۔ 2۔ نیند میں خلل۔ 3۔ عمومی سستی۔
4۔ قبض۔ 5۔ سر' کمر اور گردن میں درد کی شکایت۔

کیا غذا سے ڈیپریشن کم کیا جا سکتا ہے؟

جدید سائنسی تحقیقات اس سوال کا مثبت جواب دیتی ہے۔ سائنسدانوں کی رائے میں جو کچھ آپ کھاتے ہیں وہ براہ راست دماغ پر اثرانداز ہو سکتا ہے۔ مثلاً اگر جسم میں شکر کی کمی واقع ہو جائے تو کوئی میٹھا مشروب یا کھانا منٹوں میں ذہنی اور جسمانی طور پر آپ کو چست کر دیتا ہے یا اگر کیفین کی زیادہ مقدار استعمال کی جائے تو وہ نیند نہ آنے کی وجہ بن سکتی ہے۔ ہارورڈ یونیورسٹی میں کی جانے والی ایک تحقیق کے مطابق ماڈرن فاسٹ فوڈز اور ڈرنکس کا حد سے بڑھا ہوا استعمال دماغ میں پیدا ہونے والے کیمیائی مادوں کے توازن کو خراب کر سکتا ہے۔ اس تحقیق کے مطابق قدرتی ذرائع سے حاصل ہونے والے تمام اناج' پھل' سبزیاں' دالیں اور مچھلیاں اور کنولا یا زیتون سے حاصل ہونے والی چکنائیاں روزانہ خوراک کا حصہ بنانا چاہیے۔ اس کے علاوہ وٹامن بی ون' بی تھری' بی سکس' بی ٹویلو' میگنیشیم' کیلشیم اور کولین کا استعمال انسانی دماغ میں پیدا ہونے والے کیمیائی مادوں کے توازن کو برقرار رکھتا ہے۔ میگنیشیم' وٹامن بی' ضروری فیٹی ایسڈ اور امائنو ایسڈ کی جسم میں کمی ڈیپریشن کو زیادہ کر سکتی ہے۔ ماہرین کی رائے میں پراسیسڈ کھانوں اور ٹمپرائزڈ دودھ کی بجائے تازہ خوراک اور دودھ کا استعمال زیادہ فائدہ مند ہو سکتا ہے۔ جو کچھ آپ کھاتے ہیں وہ نہ صرف آپ کو جسمانی طور پر طاقت بخشتا ہے بلکہ ذہنی قوتوں کو بھی جلا دیتا ہے۔ صحت بخش خوراک کھایئے' فطرت کے قریب رہیے اور منفی سوچوں پر قابو پایئے' ڈیپریشن خودبخود آپ سے دور بھاگے گا۔ اس کے علاوہ صلوٰۃ تہجد سے ڈیپریشن کا کامیاب علاج کرنے کا تجربہ کامیاب رہا۔ اس طریقے سے تہجد کی نماز کے علاوہ بعض قرآنی آیات خصوصاً اس آیت الا بذکر اللہ تطمئن القلوب (خوب سن لو کہ اللہ کے ذکر سے دل اطمینان پاتے ہیں) کا ورد کیا گیا تو نہایت اچھے اثرات مرتب ہوئے۔

### قیامت کے دن نور

حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: جو شخص ایک آیت قرآن پاک کی سنے اس کیلئے دو چند نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور جو تلاوت کرے اس کیلئے قیامت کے دن نور ہوگا۔ (راوی: حضرت ابوہریرہؓ) (بحوالہ فضائل قرآن) (ثوبان علی' لاہور)




### قارئین کی موصول شدہ منتخب تحریریں

بنت منیر احمد' جھنگ۔ طارق جاوید۔ اصغر اعوان' واہ کینٹ۔ عرفان علی' کراچی۔ فاطمہ' راولپنڈی۔ محمود کرنٹہ' محمد بلال' بارہ کہو۔ عبدالمجید' صادق آباد۔ محمد خان' ہری پور۔ اعجاز فاروق' لاہور۔ رافعہ حسین' قصور۔ محمد شفیع' فیصل آباد۔ ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک۔ حکیم قاری محمد صادق' مظفرگڑھ۔ عاطفہ بابر۔ عبداللہ' کراچی۔ قاری احمد' شیخوپورہ۔ مسز ناظم مقبول۔ فوزیہ مغل' بہاولپور۔ سلیم خان' ملتان۔ انور منیر۔ شہناز اجمل' نوشہرہ۔ حامد۔ یاسمین' لاہور۔ فرحت' لاہور۔ کرن' گجر خان۔ بندہ خدا' واہ کینٹ۔ سعدیہ شاہد' بہاولپور۔ محمد یونس' لاہور۔ محمد اظہر عظیم' کراچی۔ والدہ محمد عمر' ڈی آئی خان۔ طیبہ نزاکت' بہاولپور۔ سعدیہ عطا' اعظم گیلانی۔ امتیاز حمید اعوان' کراچی۔ عبدالخالق' کراچی۔ حسن محمود' راولپنڈی۔ نعمان' کراچی۔ محمد نعمان' ڈیرہ اسماعیل خان۔ انیلہ عامر۔ بنت سیف' ملتان۔ محمد نسیم' ملتان۔

# نومبر! نزلہ زکام اور کھانسی اب نہیں!!!

ضروری نہیں کہ اچھی صحت والے افراد سرد ہواؤں کے اثرات سے بہرحال محفوظ رہیں کیونکہ ہمارے مشاہدات کے مطابق اچھے خاصے تندرست اور صحت مند حضرات بھی اس مہینے اچانک نزلہ زکام کی لپیٹ میں آجاتے ہیں۔

نومبر کی خشک و سرد صبح و شام کی ہواؤں نے بچوں' بوڑھوں اور کمزوروں کو متاثر کرنا شروع کر دیا ہے۔ چھینکوں اور کھانسی کی آوازیں گردو پیش میں سنائی دے رہی ہیں اور ہر دوسرے تیسرے گھر میں کوئی نہ کوئی فرد نزلہ زکام کا شکار نظر آرہا ہے۔ آندھیاں اور ہلکی پھلکی بارشیں' اشرف المخلوقات کو دسمبر کے سرمائی حملوں سے خبردار کرنے کیلئے تین مرتبہ خطرہ کا الارم ضرور بجاتی ہیں۔ اگرچہ نومبر کے آغاز اور تقریباً وسط ماہ تک سردی کی شدت' ابھی ابتدائی منزلوں میں ہوتی ہے اور اچھی صحت اور بے عیب اعصابی توانائی کے لیے افراد کچھ دن تک اواخر گرمی کے ہی ملبوسات میں اپنے کاروبار زندگی میں مصروف رہتے ہیں اور شدید خشک ہواؤں سے گرانبار آندھیوں اور بارش کے ترشح ہو جانے کے بعد محض سویٹروں اور مفلروں کے استعمال تک ہی اپنے موسمی احتیاط کو محدود رکھتے ہیں لیکن اس کے باوجود نصف اول میں بھی سرد ہواؤں کے بعض منہ زور و بے باک جھونکے اچھے خاصے تندرست آدمیوں کیلئے بھی نزلہ زکام اور سر درد قسم کے چھوٹے چھوٹے خطرات کا موجب بن جایا کرتے ہیں۔ محتاط قسم کے افراد جن میں تن سازی' صبح و شام کی کثرت کا معمول اور منہ اندھیرے اٹھ کر بلاناغہ ہوا خوری کرنے والے اہل ذوق بھی شامل ہیں بدلتے ہوئے موسم کے پیش نظر اپنے ملبوس میں مناسب تبدیلی ضرور کر ڈالتے ہیں تاکہ سیرو کسرت اور تن سازی کی ورزش کی پیدا کردہ اعصابی حرارت اچانک سرد ہواؤں کی خنکی و برودت سے متصادم ہو کر کسی عارضے کا باعث نہ ہو۔

نومبر میں راتیں چونکہ سرد ہوتی ہیں اور اوس بھی پڑتی ہے اس لیے ان سے بچاؤ کیلئے بہتر ہے کمرے میں سوئیں مگر کمرے کی کھڑکیاں اور روشن دان کھلے رکھیں' بستر نرم اور گرم ہونا چاہیے چونکہ رات کمرے میں سونا ہوتا ہے اس لیے ان کمروں میں روزانہ صفائی کر کے فینائل چھڑکیں' شام کو فلٹ کریں نیز رات کو اگربتی جلائیں تو کمرے کی فضا صاف اور معطر ہو جائے گی۔ ہر چند کہ ہر شخص اپنے ذوق اور استطاعت کے مطابق سردی کا آغاز ہوتے ہی اپنے غذائی معمولات میں ایسی تبدیلیاں لے آتا ہے جو اس کے اعضائے جسمانی کو موسم سرما کی شدت کا دفاع کرنے کے قابل بنا دیتی ہے۔ اس کے باوجود قانون قدرت کی رو سے دیگر تمام موسموں کی طرح موسم سرما بھی اس مہینے اپنا کچھ نہ کچھ اثر ضرور ڈالتا ہے۔

ضروری نہیں کہ اچھی صحت والے افراد سرد ہواؤں کے اثرات سے بہرحال محفوظ رہیں کیونکہ ہمارے مشاہدات کے مطابق اچھے خاصے تندرست اور صحت مند حضرات بھی اس مہینے اچانک نزلہ زکام کی لپیٹ میں آجاتے ہیں۔ اس کی وجہ نہ صرف اچانک ہوا کا لگ جانا یا گرم ماحول سے ایک دم سرد ماحول میں جا نکلنا ہی نہیں ہے بلکہ گرم تاثیر والی غذاؤں میں بھی معمولی سی بے اعتدالی بھی اندرونی طور پر نزلہ و زکام کی محرک و موجب ہو جایا کرتی ہے۔

ریسرچ کے مطابق ہر شخص کو سال میں چھ بار زکام ضرور ہوتا ہے۔ یہ زکام کچھ افراد کو بالکل پریشان نہیں کرتا اور وہ سمجھتے ہیں کہ وہ زکام سے محفوظ رہتے ہیں جبکہ کچھ افراد ایسے بھی ہوتے ہیں جو سال میں پندرہ بیس بار زکام کا شکار ہو جاتے ہیں۔ بعض طبی حلقوں کی رائے میں درجہ حرارت میں اچانک تبدیلی ناک اور حلق کی الرجی' تھکن' اضمحلال' غذائی تبدیلی اور تشویش یا خوف بھی زکام کا سبب بن جاتے ہیں۔

اس موسم کے شکار افراد کیلئے غذائی علاج کے ماہرین کی رائے میں اپنی غذا میں تبدیلی کر لیں اور دو دن ٹھوس غذا کی بجائے صرف لیموں اور شہد ملے گرم پانی پر گزارہ کیا جائے اگر لیموں اور شہد ملا گرم پانی پسند نہ آئے تو پھلوں کا رس اور گرم پانی استعمال کیا جائے ساتھ میں بہت ہلکی غذا بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ عالمی شہرت کے مالک ڈاکٹر وی ڈی سوڈی جو کہ فطری علاج کے ڈاکٹر ہیں وہ بھی زکام کے مریضوں کو مشورہ دیتے ہیں کہ انہیں دو دن تک فاقہ کرنا چاہیے اور گرم پانی کی بھاپ بھی لینی چاہیے بہتر یہ ہے کہ وہ ہر دو گھنٹے بعد ایک پیالی گرم پانی پئیں اگر وہ بھاپ لینا پسند نہیں کرتے تو مندرجہ ذیل طریقہ سے بھی فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

ڈھائی سو گرام شلغم مع پتے' آدھا کلو پالک' ڈھائی سو گرام ٹماٹر' پچھتر گرام ہرا دھنیا' پچیس گرام ادرک تراش کر ایک لیٹر پانی میں ابالیے۔ اگر یہ ترکاریاں دستیاب نہ ہوں تو چقندر' مولی یا دوسری سبزیاں بھی استعمال کی جاسکتی ہیں جو باآسانی میسر ہوں۔ سبزیاں ابالتے وقت برتن کو اس طرح سے ڈھک دیں کہ بھاپ باہر نہ نکلے۔ جب ترکاریاں پک جائیں تو باریک کپڑے سے چھان لیجئے اس میں تھوڑا سا نمک' لیموں کا رس اور بھنے ہوئے زیرے کا سفوف ملائیے' ہر دو تین گھنٹے بعد اس مشروب کا ایک پیالہ پی لیں۔ یہ مشروب سردی کے تمام مسائل کا زبردست حل ہے۔ اس مشروب کے استعمال سے آپ جاڑوں کی سردی سے بچ سکتے ہیں۔ نزلہ زکام' کھانسی میں مبتلا افراد کیلئے لاجواب دوا ہے۔

**احتیاطی تدابیر:** بچوں کو سرد ہوا اور سرد پانی سے بچائیں۔ بچے کے سینہ کو ہوا سے محفوظ رکھیں' سینے پر انڈے کی زردی کا تیل نکال کر ہلکا سا ہاتھ رکھ کر تیل بیضہ ملیں۔ اگر بیضہ کا تیل میسر نہ ہو تو روغن زیتون کا استعمال بھی بے حد مفید ہے۔ اگر خون ساتھ آرہا ہو تو اس کی بہتر صورت یہ ہے کہ فوری طور پر کسی قریبی قابل ترین معالج کی مدد لیں۔ اگر معالج دور ہو تو فکر نہ کریں بلکہ اس احتیاطی تدابیر کو بروئے کار لایئے۔

**معالجہ:** ورق نقرہ ایک تولہ' دم الاخوین دو تولہ' کہربا شمعی سائیدہ دو تولہ' روح گلاب ایک ایک ورق اور نو تولہ عرق ڈال کر کھرل کرتے رہیں جب تمام روح گلاب ختم ہو جائے حب گولیاں برابر مسور دانہ تیار کریں۔ بوقت ضرورت نفس الدم اور ایسی کھانسی جس میں خون آرہا ہو دن میں چند خوراکیں نیز دو گاؤزبان میں رکھ کر دیں اور قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔

## جن سے پردہ فرض ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری شمارہ نمبر 81 مارچ صفحہ نمبر 2' حال دل میں مضمون "شرعی پردہ نہ کرنے کا نقصان" پڑھ کر بہت خوشی ہوئی کہ آپ نے اس اہم فریضہ پر قلم اٹھایا۔ وہ قریبی رشتہ دار جن سے پردہ فرض ہے ان کی فہرست ارسال خدمت ہے:۔ 1۔ چچازاد۔ 2۔ پھوپھی زاد۔ 3۔ ماموں زاد۔ 4۔ خالہ زاد۔ 5۔ دیور۔ 6۔ جیٹھ 7۔ نندوئی 8۔ بہنوئی 9۔ پھوپھا۔ 10۔ خالو 11۔ شوہر کا بھتیجا 12۔ شوہر کا بھانجا 13۔ شوہر کا چچا 14۔ شوہر کا ماموں 15۔ شوہر کا پھوپھا۔ 16۔ شوہر کا خالو۔ (بحوالہ کتاب: شرعی پردہ) (مرسلہ: محمد مظہر حسین)

# رزق میں وسعت کا پچاس سالہ آزمایا عمل

مندرجہ ذیل اعمال بزرگان دین اور صالحین کے آزمودہ اور منقول شدہ ہیں جن کے شائع کرنے کا مقصد مخلوق خدا کو تسبیح اور مصلے کے ساتھ۔ غیر شرعی اعمال کے بجائے نوافل و تسبیحات کے ذریعہ جوڑنا ہے۔

محرم الحرام کا چاند دیکھ کر چار مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھ کر اپنے اوپر اور اہل خانہ پر دم کرنا بہت افضل ہے۔

**نفل نماز:** اول شب بعد نماز عشاء آٹھ رکعت نماز نفل چار سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص گیارہ گیارہ دفعہ پڑھے انشاء اللہ العزیز اس نماز کی برکت سے روز محشر اللہ تعالیٰ اس نماز پڑھنے والے اور اس کے گھر والوں کی بخشش فرمائیں گے۔ **نفل نماز شب عاشورہ:** عاشورہ کی شب بعد نماز عشاء چار رکعت نماز نفل دو سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے آیۃ الکرسی تین تین دفعہ اور سورۃ اخلاص دس دس مرتبہ پڑھے بعد سلام کے سورۃ اخلاص ایک سو مرتبہ پڑھ کر اپنے گناہوں کی توبہ کرے اور اللہ عزوجل سے بخشش طلب کرے انشاء اللہ العزیز خداوند کریم اپنی رحمت کاملہ سے اس نماز پڑھنے والوں کے تمام گناہ معاف فرمائیں گے۔ یوم عاشورہ کو نماز ظہر سے پہلے چار رکعت نماز دو سلام سے اس ترکیب سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد چار مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے اور اس نماز کا ثواب حضرت امام حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو ہدیہ کریں۔

**وظائف:** پہلی شب سے شب عاشورہ تک روزانہ بعد نماز عشاء ایک سو مرتبہ کلمہ توحید پڑھنا بخشش گناہ کیلئے افضل ہے۔ دس محرم کو کسی وقت باوضو 70 مرتبہ پڑھے حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ حصول معرفت الٰہی اور مغفرت گناہ کیلئے یہ وظیفہ بہت افضل ہے۔ یکم محرم الحرام کو ایک سفید کاغذ پر 113 بار بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لکھ کر اپنے پاس رکھے تو پوری زندگی اس پر کوئی ناخوشگوار واقعہ پیش نہ آئے۔

**یوم عاشورہ آنکھوں کا علاج:** حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص عاشورہ کے دن سرمہ آنکھوں میں لگائے تو اس کی آنکھیں کبھی نہ دکھیں گی۔ (شعب الایمان ج 3 ص 367)

**یوم عاشور پر اہل و عیال پر خرچ کرنے کی برکات:** سیدنا عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ کہتے ہیں حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص عاشورہ کے دن اپنے اہل و عیال کے کھانے پینے میں خوب زیادہ فراخی اور کشادگی کرے گا اللہ جل شانہ سال بھر تک اس کے رزق میں وسعت اور خیر و برکت عطا فرمائیگا۔ (ماثبت من السنۃ اشہر الحرام صفحہ 17)

**تجربہ:** حضرت سفیان ثوری رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ ہم نے اس کا تجربہ کیا تو ایسا ہی پایا۔ (مشکوٰۃ شریف صفحہ 170)

**حضرت محبوب سبحانی قطب ربانی:** شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ اپنی کتاب غنیۃ الطالبین جلد 2 صفحہ 54 پر فرماتے ہیں کہ حضرت سفیان ثوری رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ ہم نے پچاس سال اس کا تجربہ کیا تو وسعت ہی دیکھی۔ اسی طرح علامہ سخاوی رحمۃ اللہ علیہ فیض القدیر جلد 6 ص 236 میں لکھتے ہیں کہ سیدنا حضرت جابر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ ہم نے اس کا تجربہ کیا تو اس کو صحیح پایا اور سیدنا ابن عیینہ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ ہم نے پچاس یا ساٹھ سال اس کا تجربہ کیا تو وسعت ہی پائی۔

**بیمار پرسی کرنا:** ترجمہ: ”جو کوئی عاشورہ کے روز مریض کی بیمار پرسی کرنے گا گویا اس نے تمام بنی آدم کی بیمار پرسی کی۔“ (غنیۃ الطالبین ج 2 ص 54)

**یوم عاشور پانی پلانے کا ثواب:** حضور نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا جس نے عاشورہ کے دن لوگوں کو پانی پلایا گویا اس نے تھوڑی دیر کیلئے بھی اللہ تعالیٰ کی نافرمانی نہیں کی۔ (غنیۃ الطالبین ج 2 ص 54)

**روزہ:** سیدنا انس رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ نبی رحمت ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو کوئی محرم کے پہلے جمعہ کو روزہ رکھے تو اس کے گزشتہ گناہ اللہ تعالیٰ معاف فرما دیتے ہیں۔ ارشاد نبی اکرم ﷺ ہے جو کوئی محرم کے تین دن جمعرات جمعہ ہفتہ کے روزے رکھے تو اس کیلئے نو سال کی عبادت کو ثواب لکھا جاتا ہے۔ سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو کوئی محرم کے پہلے دس دن عاشورہ تک روزے رکھے تو وہ فردوس اعلیٰ کا وارث و مالک ہوگا۔ (نزہۃ المجالس ج 1 ص 145)

**شب عاشورہ کے نوافل:** عاشورہ کی رات میں چار رکعت نماز نفل اس ترتیب سے پڑھے کہ ہر رکعت میں الحمد کے بعد آیۃ الکرسی ایک بار اور سورۃ اخلاص (باقی صفحہ نمبر 20 پر)

# ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل ... روحانیت و امن میں اجتماعی ... ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 10 نومبر بروز پیر 9 بجے سے لیکر 10 بجکر 23 منٹ تک۔ 19 نومبر بروز بدھ دوپہر 2 بجکر 35 منٹ سے لیکر 4 بجکر 19 منٹ تک۔ 29 نومبر بروز ہفتہ عصر سے مغرب تک یَاغِیَاثَ الْمُسْتَغِیْثِیْنَ اَغِثْنَا پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی ہلکی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ چھوٹے بچوں کیساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے وعدے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرنے کے بعد خود پئیں گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں۔

(نوٹ:) 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آ جائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے۔ مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوگئیں۔ ...ہوگئیں ... لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود ...)

## روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے عبقری رسالہ پڑھتے ہوئے چند مہینے ہی ہوئے ہیں اس رسالے نے میری بہت سی روحانی وجسمانی پریشانیاں دور کی ہیں۔ میں اب اصل مسئلہ کی طرف آتا ہوں: میری شادی تقریباً دو سال پہلے ہوئی اور چند ماہ بعد ہی میری بیوی مجھے چھوڑ کر چلی گئی اور اس نے مجھ سے طلاق لے لی۔ اس کے بعد میری والدہ اور گھر والے میرے لیے رشتہ تلاش کرتے دیکھنے والے آتے مگر کہیں ہاں نہ ہوتی ڈیڑھ سال اسی طرح گزر گیا۔ (باقی صفحہ نمبر 38 پر)

ہیرا ہینگ گرا کے دودھ میں سات مرتبہ تر و خشک کرکے گولیاں بنائیں بوقت ضرورت گولی کو پانی میں گھس کر زہریلے جانور کے کاٹنے کے اوپر لیپ کر دیں، آرام آجائے گا۔

# شاہ اہل اللہ رحمۃ اللہ علیہ کے مستند روحانی وظائف

جو شخص رزق کی کمی کا شکار ہو یا روزگار کے سلسلے میں پریشان ہو وہ شخص باوضو بعد نماز فجر اسم مبارک یَاوَھَّابُ کو تین سو مرتبہ پڑھے۔ یہ عمل چالیس دن کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس شخص پر رزق کے بند دروازے کھل جائیں گے۔

## ہر قسم کی بیماری سے نجات کیلئے

اگر کوئی شخص بیمار ہو اور اس کی بیماری تیچھا نہ چھوڑتی ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے اور شفائے مرض کیلئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ بعد نماز فجر باوضو سات عدد بادام لے کر اول و آخر تین تین بار درود شریف پڑھیں' درمیان میں سات مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر بادام پر دم کریں' اسی طرح بار بار پڑھ کر ایک ایک بادام پر دم کریں اور ساتوں بادام مریض کو کھلا دیں۔ یہ عمل گیارہ دن کریں اور مریض کو گیارہ دن تک سات بادام روز کے حساب سے کھلائیں' انشاء اللہ تعالیٰ مریض جلد صحت یاب ہوگا۔

## مریض کی صحت یابی کیلئے

ہر قسم کے مرض کی شفایابی اور صحت کیلئے مریض کو وضو کروائیں اور اس کے بعد پاک بستر پر سیدھا لٹا دیں اور سات مرتبہ درود شریف اول پڑھیں اور آخر پڑھیں اس کے درمیان میں سورۂ مجادلہ مریض کو بلند آواز سے پڑھ کر سنائیں اس دوران اگر مریض کو نیند آجائے اور وہ سو جائے تو انشاء اللہ مریض ضرور صحت یاب ہوگا۔

## ہر مرض کا علاج

اگر کوئی شخص مختلف بیماریوں میں مبتلا ہو مثلاً اولاد نہ ہوتی ہو' کینسر کا مریض ہو' یرقان یعنی پیلیے کا مرض ہو' سوکھے کی بیماری ہو' جسم میں ہمیشہ بخار رہتا ہو' کسی پر نظر بد ہو' علاج سے مایوس مریض ہو۔ ان تمام صورتوں میں یہ عمل تیر بہدف ہے' اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ ہر مرض دور ہوگا۔

عمل یہ ہے: اول ایک پاؤ چھلکی لے کر باریک پیس لیں اور اس کو ایک پلیٹ میں رکھ کر اوپر سفید کپڑا ڈھک دیں' مریض کے سرہانے رکھ دیں اور اس کو ڈھکا رہنے دیں' بالکل نہ کھولیں۔ مریض کو بستر پر چت لٹا دیں اور اس کے دائیں کندھے کی طرف بیٹھ کر اول و آخر اکتالیس اکتالیس مرتبہ درود ابراہیمی پڑھیں' درمیان میں اکتالیس مرتبہ سورۂ تغابن بلند آواز سے پڑھیں۔ دوسرے دن مریض کی دائیں ٹانگ کے قریب بیٹھ کر درود شریف اور سورۂ تغابن پڑھیں۔

تیسرے دن یہی عمل مریض کی بائیں ٹانگ کے قریب بیٹھ کر پڑھیں۔ چوتھے دن مریض کے بائیں بازو کے پاس بیٹھ کر یہ عمل کریں۔ پانچویں دن مریض کے سر کے پاس بیٹھ کر یہ عمل کریں۔ پانچویں دن عمل کرنے کے بعد چھلکی پر سے کپڑا اٹھا کر دیکھیں تو چھلکی پر کچھ لکھا ہوا نظر آئے گا' یہ لکھائی اس بات کی علامت ہے کہ انشاء اللہ تعالیٰ مریض چالیس دن کے اندر اندر صحت مند ہو جائے گا۔ اس عمل کی برکت سے بے شمار مریض صحت یاب ہوئے

## لاعلاج مریض کا علاج

اگر کوئی شخص لاعلاج مرض میں مبتلا ہو اور اس کا علاج مشکل ہو گیا ہو تو اس کیلئے یہ علاج بہت مفید اور فائدہ مند ہے اس عمل سے مریض جلد تندرست ہو جاتا ہے' عمل یہ ہے:۔

پانچ کلو جو اچھی قسم کے لے کر ان کو دھو کر سکھا لیں اور اس کا دلیہ بنوا لیں' چاہے گھر کی چکی میں دلیہ نکالیں یا بازار کی چکی سے نکالیں' ہر طرح سے صحیح ہے۔ اس کے بعد جو کے دلیہ کو ایک بڑے برتن میں ڈال کر اول و آخر ایک سو مرتبہ درود شریف پڑھیں اس کے درمیان میں بارہ ہزار مرتبہ سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِيْمٍ (یٰسین ۵۸) پڑھ کر دلیہ پر دم کریں اور وہ دلیہ پکا کر روزانہ مریض کو وضو کرا کر کھلائیں اگر عورت دلیہ کھا رہی ہے اور ایام شروع ہو گئے تو دلیہ نہ کھلائیں۔ جب ایام سے پاک ہو کر غسل کرلے تب دوبارہ دلیہ کھلانا شروع کریں۔ دلیہ روزانہ پکا کر کھلانا ہے' جتنے دن میں ختم ہو جائے اس سلسلے میں دنوں کی کوئی تعداد مقرر نہیں۔

دوسری بات یہ ہے کہ دلیہ پر آیت ایک ہی دن پڑھنا شرط نہیں ہے بلکہ تھوڑا تھوڑا پڑھ پڑھ کر دم کرتا جائے جتنے دن میں بھی بارہ ہزار کی تعداد پوری ہو جائے۔ جب پڑھنا شروع کرے اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف ضرور پڑھے' درمیان میں درج بالا آیت پڑھے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ مریض جلد تندرست ہو جائے گا۔

## شوگر' دمہ اور سینے کے امراض کا علاج

اگر کسی شخص کو ذیابیطس (شوگر) یا کسی کو دمہ کا مرض ہو' چند قدم چلنا مشکل ہو یا رات رات بھر جاگ کر گزارتا ہو یا سینے کی

تکلیف یا مرض ہو ان تمام امراض سے نجات کیلئے یہ عمل اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے بہت مجرب ہے۔ شہد جو بیری کے درخت کے چھتہ کا ہو سوا کلو لے کر اول و آخر چالیس چالیس مرتبہ درود شریف پڑھیں' درمیان میں بلند آواز سے چار ہزار مرتبہ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِكْرَامِ پڑھیں اور شہد پر دم کریں نہار منہ ایک چمچ شہد (چائے کے چمچ کے برابر) روزانہ مریض کھائے' علاج کے دوران ہر قسم کا گائے کا گوشت' لال مرچ' چاول اور ٹھنڈی چیزوں مثلاً ٹھنڈا پانی' قلفی' آئس کریم' فالودہ' سکنجبین' شربت سے مکمل پرہیز کرنا ہے اور ان کو بالکل استعمال نہیں کرنا۔ انشاء اللہ تعالیٰ چند دن میں مریض فائدہ محسوس کرے گا۔

## فقر و فاقہ دور کرنا

جو شخص فقر و فاقہ میں مبتلا ہو اور قرض میں بندھا ہوا ہو اور طرح طرح کے مسائل کا شکار ہو تو اسے چاہیے کہ چاشت کی نماز میں آخری سجدے میں چالیس بار اَلْوَھَّابُ پڑھے۔ اگر چالیس دن تک پابندی کے ساتھ یہ عمل کرتا رہے گا تو انشاء اللہ تعالیٰ فقر و فاقہ سے نجات حاصل ہوگی اور اللہ تعالیٰ اسے اتنا دیں گے کہ مخلوق سے بے نیاز ہو جائے گا۔

## رزق کے دروازے کھولنا

جو شخص رزق کی کمی کا شکار ہو یا روزگار کے سلسلے میں پریشان ہو وہ شخص باوضو بعد نماز فجر اسم مبارک یَاوَھَّابُ کو تین سو مرتبہ پڑھے۔ یہ عمل چالیس دن کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس شخص پر رزق کے بند دروازے کھل جائیں گے اور وہ خوشحال ہو جائے گا۔ عمل شرط ہے۔

### پاؤں کی تکلیف دور کرنے کا نبوی ﷺ نسخہ

حضرت عثمان رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور اکرم ﷺ نے ایک جماعت یمن بھیجی اور ان میں سے ایک صحابی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو ان کا امیر بنایا جن کی عمر سب سے کم تھی' وہ لوگ کئی دن تک وہاں نہ ٹھہرے اور نہ جاسکے' اس جماعت کے ایک آدمی سے حضور ﷺ کی ملاقات ہوئی۔ حضور ﷺ نے فرمایا: اے شخص! تجھے کیا ہوا؟ تم ابھی تک کیوں نہیں گئے؟ اس نے عرض کیا: یارسول اللہ! ﷺ ہمارے امیر کے پاؤں میں تکلیف ہے' چنانچہ آپ ﷺ اس امیر کے پاس تشریف لے گئے اور بِسْمِ اللّٰهِ وَبِاللّٰهِ اَعُوْذُ بِاللّٰهِ وَقُدْرَتِهٖ مِنْ شَرِّ مَا فِيْهَا۔ سات مرتبہ پڑھ کر اس آدمی پر دم کیا وہ آدمی اسی وقت ٹھیک ہو گیا۔

(حکیم ریاض حسین' کھڑوال میانوالی)

دل سے ہر قسم کی سختی، غفلت دور کرنے کا عمل: جو شخص روزانہ ہر نماز کے بعد سو مرتبہ اَلرَّحْمٰنُ پڑھے گا اس کے دل سے انشاء اللہ ہر قسم کی سختی اور غفلت دور ہو جائے گی۔

# مونگ پھلی... غریبوں کا بادام!

(شرجیل بٹ)

مونگ پھلی اعصاب کو طاقت دیتی ہے۔ دماغ مضبوط کرنے کے ساتھ نظر تیز کرتی ہے۔ جب سے مونگ پھلی کے غذائی اجزاء کے بارے میں معلومات حاصل ہوئی ہیں اس کی قدر بھی بڑھ گئی ہے اکثر جگہوں پر تو اسے غریبوں کا بادام کہتے ہیں۔

مونگ پھلی پاکستان میں کثرت سے کاشت کی جاتی ہے۔ مونگ پھلی کے پودے کی جڑوں میں یہ میوہ جال کی صورت میں پیدا ہوتا ہے۔ سردیوں میں بھنی ہوئی مونگ پھلیاں کھانے کا بہت مزہ آتا ہے' پاکستان اور دیگر گرم ممالک میں بھی صرف موسم سرما میں مونگ پھلی کثرت سے کھائی جاتی ہے اور دیگر موسموں میں اس کا استعمال بہت ہی کم ہوتا ہے۔ اس کے برعکس مغربی ملکوں میں سال بھر مونگ پھلی کا زور رہتا ہے' وہاں کچی مونگ پھلی' بھنی ہوئی' تلی ہوئی' نمکین اور میٹھی مونگ پھلی بہت کھائی جاتی ہے اور بہت سی اشیاء بھی مونگ پھلی سے تیار کی جاتی ہیں اور بیج دن شام کھانے کے استعمال میں دیتی ہیں۔ ہمارے ہاں مونگ پھلی کو ریت میں بھون کر کھایا جاتا ہے۔ یہ طریقہ بہت اچھا ہے لیکن خوش حال گھرانوں میں مصالحہ لگی تلی ہوئی مونگ پھلی زیادہ کھائی جاتی ہے' ایسے گھرانوں میں' اکثر افراد چونکہ ورزش اور جسمانی مشقت سے دور رہتے ہیں اس لیے مصالحہ لگی تلی ہوئی مونگ پھلیاں ان کے معدوں کیلئے گراں ثابت ہوتی ہیں اور خون کا دباؤ بڑھ جانے کے ساتھ ساتھ وزن میں بھی غیر معمولی اضافہ ہو جاتا ہے جبکہ چھلکوں سمیت بھنی ہوئی مونگ پھلیوں میں غذائی اجزاء بھی محفوظ رہتے ہیں اور ان کے خراب ہونے کا امکان بھی کم ہوتا ہے۔ مونگ پھلی ویسے تو خوش ذائقہ' مفید اور سستا میوہ ہے لیکن کثرت سے مونگ پھلی استعمال کرنے سے الرجی ہو سکتی ہے۔ برطانیہ میں امتی حاملہ اور دودھ پلانے والی خواتین کو خبردار کیا گیا ہے جن کو پہلے سے الرجی ہو اور وہ مونگ پھلی یا اس سے تیار شدہ اشیاء استعمال کر رہی ہوں ایسی خواتین کے بچوں کو بھی الرجی کا مرض ہو سکتا ہے۔ مونگ پھلی میں روغن کافی مقدار میں ہوتا ہے اور اس روغن سے جسمانی وزن میں اضافہ نہیں ہوتا لیکن دوسرے تیل میں بھوننے کے بعد کھانے سے کولیسٹرول اور وزن بڑھ جاتا ہے۔

مونگ پھلی اعصاب کو طاقت دیتی ہے۔ دماغ مضبوط کرنے کے ساتھ نظر تیز کرتی ہے۔ جب سے مونگ پھلی کے غذائی اجزاء کے بارے میں معلومات حاصل ہوئی ہیں اس کی قدر بھی بڑھ گئی ہے اکثر جگہوں پر تو اسے غریبوں کا بادام کہتے ہیں۔ مونگ پھلی کا تیل روغن زیتون کا بہترین نعم البدل ثابت ہوا ہے' اسے سلاد آئل کہتے ہیں۔ خالی پیٹ مونگ پھلی کھانے سے بھوک ختم ہو جاتی ہے' مونگ پھلی ہی سب سے سستا میوہ ہے جو امیروں کے ساتھ ساتھ غریبوں کے ہاں بھی کثرت سے استعمال ہوتا ہے۔ سردیوں میں روزانہ مونگ پھلی کھانے سے جسمانی کمزوری دور ہونے کے ساتھ جلد بھی اچھی حالت میں رہتی ہے۔ اسے بھون کر پیس کر نمک شامل کر کے بطور چٹنی روٹی بھی کھایا جا سکتا ہے اس طرح یہ ایک مقوی سالن کا بھی کام کرتی ہے۔ مونگ پھلی کا استعمال بہت سی تکالیف میں بھی افادیت بخش ثابت ہوا ہے۔

**نظر کی کمزوری:** ایسے افراد جن کی نظر کمزور ہونے لگے ان کیلئے ایک چھٹانک مونگ پھلی کا روزانہ استعمال بہت ہی مفید ہوتا ہے' اس سے نظر بحال ہو جاتی ہے اور کمزوری نہیں ہوتی۔

**دبلا پن:** دبلے افراد کیلئے تلی ہوئی مونگ پھلی موثر رہتی ہے' کچھ عرصہ مستقل کھانے سے وزن میں اضافہ شروع ہو جاتا ہے۔

**لو بلڈ پریشر:** بلڈ پریشر کی کمی سے طبیعت بوجھل رہتی ہے' دماغ بھی ماؤف رہنے لگتا ہے' بلڈ پریشر بحال کرنے کیلئے نمک میں بھنی مونگ پھلیاں بہت جلد اثر دکھاتی ہیں' ایک چھٹانک پھلیاں کھانے سے بلڈ پریشر نارمل ہو جاتا ہے۔

**کمزوری قلب:** ایسے افراد جن کا دل کمزور ہوتا ہے وہ معمولی وجوہات پر ہی بھڑک جاتے ہیں ڈر جاتے ہیں ان کو مونگ پھلی گڑ یا پتاشے کے ساتھ کھانی چاہیے' چھلی ہوئی مونگ پھلیاں شیرہ میں ڈال کر خشک کر لیں اور سونے سے پہلے پچاس گرام مونگ پھلیاں کھا لیں۔

**سر درد:** بھنی ہوئی مونگ پھلیاں پیس کر رکھ لیں اور کھانے کے بعد ایک چمچہ مونگ پھلی کا سفوف کھا لیں کمزوری سے ہونے والے سر درد میں بہت مفید ہے۔

**سردیاں:** سردیوں میں مونگ پھلی کھانے والے افراد کی طاقت بحال رہتی ہے' قوت مدافعت بڑھ جاتی ہے اور سردیوں میں ہونے والی بیماریوں سے آدمی محفوظ رہتا ہے۔

**دماغ:** دماغی کام کرنے والے افراد بھی اگر گڑ کے ساتھ مونگ پھلی کا استعمال جاری رکھیں تو ان کی دماغی صلاحیتیں زیادہ بہتر کام کریں گی اور دماغ بھی مضبوط رہے گا۔

**یادداشت:** ایک چھٹانک مونگ پھلی کا چھلکا اتار کر رات کے کھانے کے آدھے گھنٹے بعد کھانا یادداشت کو مضبوط کرتا ہے اور بھولنے کے مرض میں بھی بہت مفید ثابت ہوا ہے۔

# روحانی کیفیات

(پوشیدہ)

جب میں آمین کہتی ہوں ہر دعا کے بعد تو میرا دل کہتا ہے کہ ایک میری آمین نہیں تمام امت کی آواز میری آمین کے ساتھ ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ کی تمام نسلوں کو اور مجھ سمیت تمام امت محمدی ﷺ کو ہمیشہ اپنی خیر و برکت اور عافیت میں رکھے۔ (آمین ثم آمین)

مجھے کوئی کیفیت نصیب ہو میں اتنی خوش قسمت تو نہیں لیکن درس کی برکتوں سے میرے اندر بہت کچھ تبدیلیاں آئی ہیں' میں نے جب سے ہوش سنبھالا جب بھی کہیں آتی جاتی ہوں تو راستے میں کسی محنت کش' مزدور یا کسی دکاندار کو دیکھتی تو دعا کرتی یا اللہ یہ اتنی محنت کرتے ہیں ان کو ان کی محنت کے حساب سے نہیں انہیں اپنی عطاؤں کے حساب سے عطا فرمادے لیکن اب درس سے پتہ چلا کہ دوسروں کی خیر مانگنا کتنا ضروری ہے۔ میں نے جب درس میں سنا کہ اپنے ساتھ تمام امت کی نیت کر کے دعا مانگیں تو میں اب ہر نماز میں کوشش کرتی ہوں کہ رب جعلنی... پڑھنے کے بعد رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَّفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَّقِنَا عَذَابَ النَّارِ. رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَّاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا... اَللّٰهُمَّ أَحْسِنْ عَاقِبَتَنَا فِي الْأُمُورِ كُلِّهَا وَأَجِرْنَا مِنْ خِزْيِ الدُّنْيَا وَعَذَابِ الْآخِرَةِ... اَللّٰهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِنَا وَآمِنْ رَوْعَاتِنَا... اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَسْئَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ... اَللّٰهُمَّ أَعِنَّا عَلٰى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ.

یہ دعائیں پڑھتی ہوں میں نے درس کے بعد اپنے ساتھ ہر دعا میں تمام امت کی نیت کی' ان دعاؤں کے ترجمے کو اپنے ذہن میں رکھ کر مجھے جب دعا میں مزہ آتا ہے تو مجھے لگتا ہے کہ ایک بہت بڑا دریا یا میدان ہے میں اس میں بیٹھی ہوں زمین پر ایک بہت بڑی کرسی ہے میں کرسی کے پاس بیٹھی ہوں اور دعا مانگ رہی ہوں' تھوڑی دیر بعد لگتا ہے کہ مجھ پر عنایات ہو رہی ہوں اور جب میں نے تمام امت کی نیت کی مجھے لگا اس میدان میں ساری امت' سارے جن' انس میرے ساتھ بیٹھے ہیں اور جب میں آمین کہتی ہوں ہر دعا کے بعد تو میرا دل کہتا ہے کہ ایک میری آمین نہیں تمام امت کی آمین میری آمین کے ساتھ ہے اور میرا اللہ ہم سب کو سب کچھ دے رہا ہے۔ یہ نماز شاید میری زندگی کی سب سے مزے کی نماز تھی۔

اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے رزق اور عمر میں برکت ہو تو آپ اپنے رشتہ داروں کیساتھ صلہ رحمی کیجئے (یعنی قطع تعلق اور حق تلفی سے احتیاط کیجئے)

# جسمانی بیماریوں کا شافی علاج



# طبی مشورے

- ہوا سے بھرا جسم
- پیپ والے دانے
- ہائی بلڈ پریشر کا علاج
- جوانی کی دمن

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں اور اس پر مکمل پتہ واضح ہو۔ جوابی لفافہ نہ ڈالنے کی صورت میں جواب ارسال نہیں کیا جائیگا۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں سٹیپلر زپن استعمال نہ کریں۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔

نوٹ: روحانی غذا وہ کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔ مضمون مختصر لکھیں تاکہ جواب دینے میں آسانی ہو۔

### ہوا سے بھرا جسم

گزشتہ ایک سال سے شدید بیماری میں مبتلا ہوں۔ منہ کے اندر بڑے بڑے چھالے پڑ گئے ہیں زبان کھانے سے بھی درد محسوس ہوتا ہے۔ کھانا ایسا لگتا ہے جیسے گلے میں معلق ہے۔ کھانے کے بعد پیٹ پھول جاتا ہے اور گھبراہٹ اور بے چینی شروع ہو جاتی ہے۔ ان میں اور تین بار رفع حاجت کیلئے جانا پڑتا ہے ڈکاریں بہت زیادہ آتی ہیں۔ چار مہینے پہلے پیٹ کی بیماریوں کے ماہر کے زیر علاج رہی۔ انہوں نے مجھے السر کی دوائیں دیں ان کی دواؤں سے منہ کے زخم تو ٹھیک ہو گئے لیکن کچھ عرصہ بعد وہی کیفیت لوٹ آئی یعنی ان کی دوا نے وقتی فائدہ دیا۔ ریاح کی شدت کی وجہ سے اب تو ایسا لگتا ہے جیسے پورا جسم ہوا سے بھرا ہوا ہے۔ (س،م)

مشورہ: آپ کیلئے کلر تھراپی اور یونانی علاج تحریر کیا جا رہا ہے صبح وشام ایک ایک پیالی سبز شعاعوں میں تیار کردہ پانی اور دوپہر اور رات ایک ایک پیالی زرد شعاعوں میں تیار کردہ پانی پئیں۔ اس کے ساتھ جوارش مصطگی آدھا چمچ نہار منہ اور آدھا چمچ شام کو کھائیں اور سونف کیوڑا دو عدد دوپہر اور رات کھانے سے قبل پانی کے ساتھ لیں۔ زرد شعاعوں کا تیل پیٹ پر ہلکے ہاتھ سے مالش کریں۔ کھانوں میں سرخ مرچ، گائے کا گوشت، گھی اور دوسری زیادہ چکنائی والی چیزوں سے پرہیز کریں۔ سبز شعاعوں سے تیار کردہ پانی سے دن میں دو تین بار اچھی طرح کلیاں بھی کریں۔ روزانہ ملٹھی کی جڑ لے کر کچھ دیر تک اچھی طرح چبائیں اور اس کا لعاب نگل لیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

### پوشیدہ امراض اور میری پریشانیاں

میری عمر 25 [illegible]

ہوں۔ مجھے کچھ نہیں آتی کہ میں کیا کروں۔ کسی نے سپاری پاک میں پھٹکری پیس کر ملا کر کھانے کو کہا۔ لیکن ایک دفعہ آرام رہا پھر وہی حالت اب تو بہت زیادہ ہو گیا۔ میرا رنگ پیلا زرد ہو گیا۔ آنکھوں کے گرد گہرے سیاہ حلقے پڑ گئے۔ چہرے کی ہڈیاں ابھری نظر آتی ہیں۔ گالوں پر گڑھے پڑ گئے ہیں۔ میرے منگیتر نے منگنی توڑ دی ہے اس کا کہنا ہے کہ مجھے مریضہ سے شادی نہیں کرنی۔ حافظ قرآن ہوں میرا حافظہ اچھا نہیں رہا دو دفعہ بی اے کی انگلش میں رہ گئی ہوں سبق جلدی یاد نہیں ہوتا۔ اچھا خاصا چہرہ تھا رنگ بھی صاف تھا لیکن اب کالا ہو گیا ہے۔ براہ مہربانی! میری مدد کریں کہ میرا چہرہ بھر جائے چہرہ خوبصورت اور پر رونق ہو جائے اور مجھے لوگوں کی باتوں سے نجات مل جائے اب تو رشتے والے بھی شکل دیکھ کر چلے جاتے ہیں۔ امید ہے کہ آپ میری مدد کریں گے۔ (ف،م ملتان)

مشورہ: آپ کو جسمانی کمزوری سے یہ شکایت ہے۔ جسمانی کمزوری غذا کی کمی سے لاحق ہوتی ہے۔ آپ غذائی قلت کا شکار رہیں گی تو آپ کی یہ شکایت دور نہیں ہوگی کیسی بھی اچھی دوا کھائیں گی عارضی آرام آئے گا۔ دوا چھوڑتے ہی دوبارہ شکایت ہو جائے گی۔ اس لیے اچھی مقوی غذائیں کھائیں۔ ناشتے کا خاص خیال رکھیں۔ تین عدد چھوہارے روزانہ کھائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

### پیپ والے دانے

میرے منہ پر پیپ والے دانے نکلتے ہیں۔ پہلے میرے منہ پر درد ہوتا تھا اور اس کے بعد پہلے مواد والے دانے نکلتے ہیں اس کے بعد داغ چھوڑ جاتے ہیں۔ یہ داغ کالے رنگ کے [illegible] رہتے ہیں۔ یہ دانے دو سال سے مسلسل نکل رہے ہیں۔

میری عمر 23 سال ہے لیکن چھائیاں ایک سال پہلے بنی ہیں۔ میں نے کافی کریمیں استعمال کی ہیں لیکن ان سے کوئی فرق نہیں پڑا جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ مہربانی کرکے مجھے ان دانوں، داغ اور چھائیوں کیلئے کوئی دوا بتائیں۔ مجھے ایسی دوا بتائیں جس سے آرام آ جائے۔ میرا چہرہ داغی ہے میری بہن کے ساتھ بھی یہی مسئلہ ہے اس کی عمر انیس سال ہے اس کے دانے چھ سات ماہ سے ہیں۔

مشورہ: سرپھوکہ، پوست ہلیلہ زرد، شاہترہ، گندھک آملہ سار، گوند ببول ہم وزن کوٹ چھان کر ذرا سا پانی ملا کر چنے سے ذرا بڑی گولیاں بنا کر خشک کر لیں۔ صبح، دوپہر، شام ایک ایک گولی پانی سے کھائیں۔ چند روز دن کھا کر دیکھ لیں۔ خشک ہونے کے بعد گولیوں کا سائز سفید چنے (پرانا چھوٹا سائز) سے بڑا نہیں ہونا چاہیے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

### چہرے پر الرجی

میری عمر 22 سال ہے۔ تیرہ سال کی عمر سے میرے چہرے پر دانے نکلنے لگے تھے مگر یہ تھا کہ کچھ دن بعد خود ہی ٹھیک ہو جاتے تھے لیکن نشان باقی رہتے تھے لیکن اب تین چار مہینوں سے مسلسل سرخ رنگ کے بڑے بڑے دانے نکلنے لگے ہیں کوئی بھی گرم چیز مثلاً چائے اچار وغیرہ کھانے کی صورت میں الرجی زیادہ بڑھ جاتی ہے اور بعد میں ان میں سے کئی ایک کے اندر پیپ بن جاتی ہے جس سے چہرے پر جابجا نشان بن گئے ہیں۔ مجھے شروع ہی سے ماہانہ ایام میں بے قاعدگی کی شکایت ہے یعنی ہر ماہ کے بجائے ہر دوسرے ماہ آتے ہیں جو کہ اب دو ماہ سے تو نہیں ہر مہینے بلکہ دس دن ضرور اوپر ہو جاتے ہیں۔ (تبسم شاکر، شکاو پور سندھ)

مشورہ: میری رائے میں چہرے پر الرجی بے سبب کوئی بھی رہا ہو سات دانے عناب چھیل کر ایک چمچی سونف ایک کپ کھولتے ہوئے پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح کو جوش دے کر چھان کر ذرا سی چینی ملا کر پی لیں۔ دو ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ تمام گرم چیزوں کیمیکلز وغیرہ سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

### کان کی تکلیف

میرے بیٹے کی عمر 2 سال ہے اس کے کان میں کبھی کبھار درد ہوتا ہے تو روتا رہتا ہے مختلف دوائیاں دی ہیں مگر فرق نہیں پڑتا آسان ترکیب بتائیں۔ (انوار الحق، کراچی)

مشورہ: جب بچے کے کان میں درد ہو تو کپڑا گرم کرکے ہلکا نیم گرم سینک دیا کریں۔ بچے کو سردی سے بچائیں۔ نزلہ زکام ہو تو اس کا علاج کروائیں۔ سرد ہوا، سردائی

نمک مقدار دو رتی لیں' اس میں ایک رتی پارہ ملائیں' ہتھیلی پر رکھ کر منہ کے تھوک سے ملائیں' جونہی دوا زہریلے جانور کے کاٹنے پر لگائیں گے آرام آجائے گا۔

سرد چیزوں سے پرہیز کروائیں تاکہ دورہ دوبارہ نہ ہو۔

## سانس کی بیماری

مجھے سانس کا مرض ہے' تفصیل یہ ہے کہ عرصہ چار سال سے سانس کی تکلیف ہے' وجہ کثرت سگریٹ نوشی ہے' میڈیکل ٹیسٹ میں ٹی بی نہیں ہے' خون میں سرخ ذرات کی کمی ہے۔ صحت بہت کمزور ہے' وزن 45 کلو ہے۔ دل کا عارضہ بھی نہیں ہے۔ ایکسرے سے معلوم ہوتا ہے کہ پھیپھڑے بلغم سے بھرے ہوئے ہیں۔ بلغم بالکل گوند کی طرح ہے۔ وضو نہیں کرسکتا' نماز بھی بیٹھ کر پڑھتا ہوں' کوئی چیز کھالوں یا پی لوں تو فوراً گیس سے پیٹ بھر جاتا ہے۔ واضح رہے کہ میری عمر ساٹھ سال ہے' پیشہ کھیتی باڑی ہے۔ (محمد عمران' شیخوپورہ)

مشورہ: صبح نہار منہ خالص شہد ایک چائے کی چمچی ایک کپ نیم گرم پانی میں حل کرکے پی لیں۔ غذا میں بکرے کا گوشت شوربا' چپاتی لیں۔ چائے پی سکتے ہیں۔ انہیلر ابھی نہ چھوڑیں' حسب ضرورت لیتے رہیں' سات دن کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

## پیشاب کے قطرے

میری عمر تقریباً 25 سال ہے' کئی سال سے میں پیشاب کے قطروں کی وجہ سے بہت پریشان ہوں' ان قطروں کی وجہ سے بہت بے چین رہتا ہوں اور حکیموں سے دوائی بھی لے کر کھائی ہے۔ جتنی دیر دوائی استعمال کریں آرام آجاتا ہے اور کچھ دن بعد وہی بات سامنے آجاتی ہے۔ مجھے قبض بھی رہتا ہے اور میں زیادہ مرچ مصالحوں والے کھانے بھی نہیں کھاتا۔ گرم چیزوں سے پرہیز کرتا ہوں کیونکہ زیادہ مرچ والا کھانا کھاؤں تو میں پیشاب کروں تو محسوس ہوتا ہے کہ مرچ کھائی ہے اور ہاضمہ بھی ٹھیک نہیں رہتا جبکہ درد محسوس ہوتا ہے اس لیے سادہ کھانا کم مرچ والا کھاتا ہوں۔ کوئی دوا بتائیں مہربانی ہوگی۔ (محمد عمران' ملتان)

مشورہ: اسپغول کی بھوسی آدھی چائے کی چمچی ایک کپ پانی میں حل کرکے دن میں تین بار غذا سے آدھے گھنٹے پہلے پئیں۔ غذا کے بعد جوارش شاہی پونی چمچی کھائیں۔ ناشتہ میں جو کا دلیہ دودھ میں پکا کر کھائیں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

## ہائی بلڈ پریشر کا علاج

مجھے ہائی بلڈ پریشر کی شکایت ہے جب مجھے پہلی بار معلوم ہوا کہ مجھے یہ مرض لاحق ہے تو میں نے لاہور کے مختلف اطبا اور ڈاکٹروں سے رجوع کیا' مگر یہ ٹھیک نہیں ہوا۔ اگر نارمل ہوا بھی تو دواؤں کے چھوڑتے ہی دوبارہ ہوگیا۔ پچھلے دنوں ایک صاحب سے ملاقات ہوئی تو انہوں نے بلڈ پریشر کو نارمل کرنے کیلئے گڑ کھانے کو کہا' ان کا کہنا تھا کہ چار پانچ سیر گڑ روزانہ بلاناغہ چالیس دن کھالیں تو انشاء اللہ ہمیشہ کیلئے بلڈ پریشر نارمل ہوجائے گا۔ (محمد لطیف' لاہور)

مشورہ: گڑ کھانے کا طریقہ یہ ہے کہ کھانا کھانے کے بعد حسب دستور گڑ کھالیا کریں جیسے عام طور پر غذا کے بعد پھل کھائے جاتے ہیں عام طور پر لوگوں کے مزاج بلغمی ہیں یعنی لوگوں میں غذائی قلت کی وجہ سے حرارت طبعی کی کمی ہے۔ زندگی حرارت کا نام ہے۔ حرارت بجھ جائے تو زندگی کا چراغ بھی بجھ جاتا ہے۔ سرد اشیا اور سرد ادویات کا استعمال اعصابی یعنی سردی کے مریضوں کو سوچ سمجھ کر کرنا چاہیے۔ گڑ زیادہ کھانے سے ایک صاحب کو ذیابیطس ہوگئی اور آج کل وہ شوگر کی وجہ سے بڑے پریشان ہیں۔ بلڈ پریشر کی دوا کھاتے ہی شوگر کی بھی دوا کھاتے ہیں' یک نہ شد دو شد۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

## جوانی کی دشمن

میں ایف اے کا طالب علم ہوں' بچپن کے برے کاموں کی وجہ سے بہت کمزور ہوگیا ہوں' برے دوستوں کی صحبت میں بیٹھ کر گندی فلمیں دیکھنا شروع کردی تھیں۔ اس وقت میری عمر تقریباً چودہ سال ہوگی۔ میں جوانی کی دشمن میں برے کام کرتا رہا' اب میں اس منزل پر پہنچ چکا ہوں جہاں آدمی پچھتاتا ہے۔ (ب'ا' گجرات)

مشورہ: آپ کا مرض یہ سرگرمیاں ہیں' یہ چھوٹ جائیں' نیک صحبت اختیار کرلیں' وہم میں نہ پڑیں' غذا کی طرف توجہ دیں' دواؤں سے دور رہیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

## مستجاب الدعوات بننے کا آسان عمل

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالہ گزشتہ چند سالوں سے مسلسل پڑھ رہی ہوں۔ چند ماہ قبل عبقری کے شمارے میں ایک عمل چھپا تھا' میں نے جب بھی کسی مشکل یا مصیبت کے وقت وہ عمل کیا' میری دعا فوراً قبول ہوئی اور مشکل ٹلی۔ وہ عمل یہ ہے:۔ چار نفل پڑھیں' پہلی رکعت میں 100 مرتبہ' دوسری رکعت میں 70 مرتبہ' تیسری رکعت میں 50 مرتبہ اور چوتھی رکعت میں 27 مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھنی ہے' اس کے بعد 300 دفعہ درود شریف اور 70 مرتبہ استغفار۔۔۔ انشاء اللہ جو بھی دعا مانگو گے قبول ہوگی' اور ہر مسئلہ کا حل نکلے گا۔ محترم حکیم صاحب! میرا نام شائع مت کیجئے گا۔ (پوشیدہ)

## مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

### غذا نمبر 1

کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' پھل' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگ کی چھلکی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' ربی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما' سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتا' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہرڑ' مربہ گاجر' چنے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' چقندر' خرفہ کا ساگ' بکری کا دودھ۔

### غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم دال' مونگ' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' تیل' مغز' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' چنے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند' دودھ میں ملا ہوا۔

### غذا نمبر 3

پانی ملا ہوا) کیک رس ہمراہ چائے' ڈبل روٹی' پھل' براؤن بریڈ' کیلے کا ملک شیک' گاجر کا جوس' گنے کا تازہ رس' ابلا ہوا پانی' ابلے ہوئے چاول' کھیں' دلیہ' دیسی مرغی کی یخنی' انار' انگور' مسمی' مالٹا' امرود' ٹماٹر' بینگن' آلو' ناریل کا پانی

### شوگر کے مریضوں کیلئے

گھیا توری' گھیا کدو' ٹینڈے' چھوٹا گوشت' کریلے' دال مونگ' دیسی مرغی کا گوشت' پرندوں کا گوشت' بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی' جو کا دلیہ' ساگودانہ' ہر سبزی' کھچڑی' عرق سونف' عرق پودینہ' انجیر تھوڑی مقدار میں' ڈبل روٹی سادہ' براؤن بریڈ' رس' میتھی' خرفہ کا ساگ' پائے' نہاری' آلو بخارا' پشاوری قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک تھوڑی مقدار میں' ناشپاتی' فروٹ' زیتون کا پھل' پھیکا دودھ' چنے بھنے' روغن زیتون'

دنیوی آفتوں سے محفوظ رہنے کا عمل: جو شخص ہر نماز کے بعد سورۃ تبارک الذی پڑھے گا تمام دنیوی آفتوں سے انشاء اللہ محفوظ رہے گا اور تمام مخلوق اس پر مہربان ہو جائے گی۔

# جدید فیشن یا صرف ڈیپریشن؟ فیصلہ آپ کا!

رافعہ تحسین اختر، پور میرپور سندھ

اسلام کا ماننا انسان کو ''مسلمان'' کے نام سے ایک وقار بخشتا ہے۔ اسی طرح اگر ہم اپنے لباس میں اسلامی تعلیم کو ترجیح دیں تو وہ لباس بھی ہمیں دوسروں سے منفرد بنا کر ایک وقار اور یہ اعتماد دیتا ہے کہ چاہے لوگ کچھ بھی کہیں مگر ہم جانتے ہیں کہ میرا پہننا اوڑھنا بالکل صحیح ہے۔ کیونکہ اسلام ہمیں کسی بھی حال میں کبھی پیچھے نہیں رکھتا بلکہ صرف اسلام ہی ہے جس نے ہمیں آخری وقت تک کے تمام حالات سے باخبر رکھا ہے۔ اسلام جہاں ہمیں تمام معاملات میں سب سے بہترین رہنے کی رہنمائی دیتا ہے وہیں ہمیں لباس کا سب سے بہترین انداز اور اپنی شخصیت کو نکھارنے کا سلیقہ بھی دیتا ہے۔ اس کے علاوہ اسلام ہی واحد مذہب ہے جو خواتین کو ایک مقام اور احترام سے نوازتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہمیں حجاب جیسی نعمت سے نوازا گیا۔ اللہ نے خود کو نور کے پردوں میں ڈھکا ہوا ہے اور اپنے گھر (کعبۃ اللہ) کو بھی غلاف سے ڈھکا ہوا ہے پھر انسان کو بھی لباس جیسی نعمت سے نوازا اور تمام مخلوقات میں افضل کیا۔

لیکن ـــــ! عورت کو اللہ نے حجاب کے روپ میں ایک احترام بخشا ہے، عزت دی ہے۔ کاش! کہ ہم اپنے مقام کو پہچان سکیں اور خود کو اس عزت سے محروم نہ کریں جو حجاب کی شکل میں ہمیں عطا ہوئی۔ حجاب خود ایک ایسی چیز ہے جو آپ کو باوقار ہونے کا احساس بھی دیتا ہے اور حق بھی۔

اس لیے ہماری کوشش ہو کہ عبایہ (برقعہ) کا اہتمام کریں۔ کوشش کریں کہ آپ کا عبایہ سیاہ رنگ کا ہو اس کی ایک وجہ یہ ہے کہ سیاہ رنگ کو پردے کی نسبت غلاف کعبہ سے ہے اور دوسرا یہ کہ سیاہ رنگ ''وقار'' کو ظاہر کرتا ہے۔

عبایہ میں غیر ضروری اسیسریز سے گریز کریں۔ پہلی بات تو یہ کہ دین اسلام میں خواتین کو گھر سے باہر چوڑیاں یا ایسی چیزیں پہننے سے منع فرمایا گیا ہے جن سے آس پاس کے لوگ ان کی طرف متوجہ ہوں۔ دوسری بات یہ کہ آپ کس طرح کی اسیسریز کا استعمال رکھتی ہیں اپنے لباس میں۔ یہ بات آپ کی شخصیت کو بناتی بھی ہیں اور بگاڑتی بھی ہیں۔

اس لیے پھولوں یا موتی نگینوں والی سکارف پنز کی جگہ کچھ سوبر قسم کے سکارف پن یا پھر بٹن کا استعمال کریں۔

ماہرین فیشن کی اندھی فرمانبرداری سے بچیں! اور سوچیں کہ جن لوگوں نے کبھی آپ کو نہیں دیکھا نہ ہی آپ کبھی ان سے ملے پھر وہ آپ کو کیسے بتا سکتے ہیں کہ آپ کے لیے لباس کا کون سا انداز سب سے موزوں ہے!

یقین جانیے! میرے سامنے ایسی مثالیں موجود ہیں کہ جن خواتین نے ہمیشہ ہر معاملے میں اور ہر نئے فیشن ٹرینڈ کو ترجیح دی آج وہ نفسیاتی مریضہ ہیں۔ آپ چاہیں تو خود آزما کر دیکھ لیں اور ان نفسیاتی الجھنوں کے شکار لوگوں کی ایک نشانی یہ ہے کہ ان کے پاس سب کچھ ہوگا مگر پھر بھی کچھ نہیں ہوگا۔ بظاہر انہیں شاپنگ سے خوشی ہوتی ہے اور بعد میں پھر سے بے چین رہنے لگتے ہیں۔

ان میں حسد پیدا ہو جاتا ہے اور یہ حسد انہیں ہر وقت اس پریشانی میں مبتلا رکھتا ہے کہ کہیں کوئی دوسرا مجھ سے بہتر تو نہیں۔ ان کا اعتماد ختم ہو جاتا ہے اور آپ دیکھیں گے کہ یہ وہ لوگ تھے جنہیں سادگی پسند تھی اور آج حد سے زیادہ سنگھار کرتے ہیں اور اس میں ان کا کوئی قصور نہیں ہے۔

آج فیشن نے ہمیں بہت بے سکون کیا ہوا ہے۔ کبھی کہتے ہیں وہ پہنا اچھا لگتا ہے کبھی کہتے ہیں وہ پہنا اچھا نہیں لگتا۔ کبھی کہتے ہیں چمک دمک زیادہ تو خوبصورتی زیادہ ـــــ کبھی کہتے ہیں سادہ کرتے ہی اچھے لگتے ہیں۔

دراصل نئے نئے ٹرینڈز صرف اس لیے آتے ہیں کہ معلوم ہو سکے کہ بہترین لباس آخر ہے کونسا؟

لیکن افسوس [illegible] پتہ نہیں اب یہ لباس ان ہے یا آؤٹ ـــــ

یکی نگر ہمارا اعتماد چھین لیتی ہے اور آہستہ آہستہ ڈیپریشن ہمارے سوچنے کی صلاحیت کو دبوچ لیتا ہے اور فیشن کی مانتے مانتے آخر ہمارے فیصلہ کرنے کی صلاحیت بھی کمزور ہو جاتی ہے۔

یوں ہماری شخصیت ایک سوالیہ نشان بن کر رہ جاتی ہے۔ اس لیے ایک ٹھنڈی سانس لیں اور آج سے اپنا فیصلہ آپ خود کریں۔ آپ خود ایک ٹرینڈ سیٹر بنیں اور ڈیزائنر خود بنیں اور ایسے فیشن کا انتخاب کریں جو لازوال ہو، جو آپ کو ہر کسی کا فالور نہیں بلکہ صرف ایک اللہ اور اس کے دین کا فالور بنائے۔

کیونکہ اللہ جمیل ہے! اور اس کے بنائے فیشن سے زیادہ خوبصورت فیشن اور کوئی نہیں ہو سکتا اور شرعی لباس سے زیادہ پروقار آپ کو اور کوئی لباس نہیں بنا سکتا۔ اس لیے فیشن کے نام پر نائنس سے خفا با کچھیں! تنگ کپڑے آپ کی اچھی خاصی شخصیت کو بھی مٹا دیتے ہیں اور شرعی لباس کی طرف آئیں!!!

لباس جو آپ کو وسعت و حیثیت کے لحاظ سے باسلیقہ اور آپ کی تہذیب اور زینت و جمال کا مظہر ہو جس میں نفاست ہو مگر حد سے زیادہ نہ ہو۔ چمک دمک بھی حد سے زیادہ نہ ہو اور سادگی بھی حد سے زیادہ نہ ہو۔ بس نارمل رہیں اور نارمل رہیں۔ ایک مشہور و جو میز رسالوں سے آزمودہ ہے کہ نیت کے ساتھ تاثیر بڑھ جاتی ہے۔ کپڑے خریدتے وقت شرعی احکام کو سامنے رکھیں اور سلواتے وقت صرف یہ خیال رکھیں کہ یہ کپڑے نماز اور وضو کے لحاظ سے پرسکون ہوں اگر یہ لباس سادہ بھی ہوگا پھر بھی آپ کو سب میں نمایاں کرکے آپ کی شخصیت کو ایک رونق بخشے گا۔ انشاء اللہ اس کے علاوہ جو لباس آپ کو نماز میں سکون دے گا اس میں آپ کو کبھی الجھن نہیں ہوگی۔

آخری بات: فیشن کی سب سے بڑی مار اونچی ہیل ـــــ!!!

قدیم زمانے میں جن گھڑسواروں کو گھوڑے سے اترنے میں مشکل پیش آتی تھی اور ان کا توازن برقرار نہیں رہ پاتا تھا اور گھوڑے پر چڑھنے میں بھی چھوٹے قد کے باعث جنہیں مشکل درپیش تھی انہوں نے اپنے جوتوں میں لکڑی کا ایک دو انچ لمبا اور چوڑا ٹکڑا لگانا شروع کیا جس سے دوران جنگ بھی وہ گھوڑے سے فوراً اترتے اور ان کا توازن بھی برقرار رہتا۔ یہ مسلمان مجاہدین تھے جب انگریزوں نے ان کے (گھڑسواروں) پیروں میں ایسے انوکھے جوتے دیکھے تو انہوں نے بھی اپنے جوتوں میں لکڑی کے ٹکڑے لگانا شروع کیے۔ انگریز ان جوتوں پر دیوانے ہو گئے تھے اور آہستہ آہستہ ان میں یہ جوتے عام ہوئے اور انہوں نے لکڑی کے ٹکڑوں کو مختلف لمبائی میں جوڑنا شروع کیا۔ یوں [illegible] کا حصہ رہی ہے۔ کیا یہ ہمارے وقار کا مظہر بن سکتی ہے؟

# کنوارے بیروزگار نوجوانوں کیلئے آزمایا عمل

(میاں نوید احمد رضا، چولستان)

**میرے والد محترم اور بہن بھائیوں نے مجھے بہت کہا کہ تم ڈاڑھی کٹوا دو مگر میرا ایک ہی جواب تھا کہ اب جان تو جا سکتی ہے مگر ڈاڑھی مبارک نہیں جائے گی۔ کوئی مسئلہ نہیں اگر ڈاڑھی کی وجہ سے مجھے کوئی رشتہ نہیں دیتا۔۔۔**

بندہ ناچیز نے جمعۃ المبارک کے خطبے میں حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم کی شہرہ آفاق کتاب ''مجھے شفاء کیسے ملی'' سے ڈاڑھی کے فضائل پر بیان کیا تو جمعۃ المبارک کی نماز کے بعد علاقہ کی نامور مذہبی شخصیت نے مجھے فرمایا کہ آج میں آپ کو ڈاڑھی کے فضائل کا اپنا واقعہ سناتا ہوں:۔ وہ فرماتے ہیں کہ میں نوجوان تھا' جوانی کے ایام تھے رنگ کا میں پیدائشی کالا ہوں' گرمیوں کے دن تھے میں احمد پور شرقیہ کے عباسیہ چوک میں جنرل سٹور کے سامنے رکھے ہوئے واٹر کولر سے پانی پینے کے بعد آگے بڑھا تو دکاندار نے اپنے ملازم سے کہا ''یہ ہندو گلاس خراب کر گیا ہے یہ گلاس توڑ دو۔۔۔'' دکاندار کے یہ الفاظ میں نے خود اپنے کانوں سے سنے میں مسلمان ہوں لیکن میرے کالے رنگ اور بے ریش ہونے کی وجہ سے دکاندار نے مجھے اچھوتی نیچ ذات کا غیر مسلم بنا دیا۔ مجھے بہت زیادہ دلی دکھ ہوا' میں نے اسی وقت ''ڈاڑھی'' رکھنے کا اپنے آپ سے عہد کر لیا اور ڈاڑھی رکھ لی۔ چند دن کے بعد میرے والد محترم نے مجھ سے پوچھا کہ ''کیا تم نے ڈاڑھی رکھ لی ہے؟'' میں نے جواب دیا: ''جی میں نے ڈاڑھی رکھ لی ہے'' میرے والد محترم نے غصے میں آکر مجھے بہت برا بھلا کہا کہ تمہارا رنگ بہت کالا ہے' تمہارے کالے رنگ کی وجہ سے پہلے ہی تمہاری شادی نہیں ہو رہی' تمہیں کوئی رشتہ نہیں دیتا' اب تمہاری ڈاڑھی کی وجہ سے تو تمہاری کبھی شادی ہو ہی نہیں سکتی۔

میرے والد محترم اور بہن بھائیوں نے مجھے بہت کہا کہ تم ڈاڑھی کٹوا دو مگر میرا ایک ہی جواب تھا کہ اب جان تو جا سکتی ہے مگر ڈاڑھی مبارک نہیں جائے گی۔ کوئی مسئلہ نہیں اگر ڈاڑھی کی وجہ سے مجھے کوئی رشتہ نہیں دیتا۔۔۔ میں اب سنت مصطفیٰ ﷺ سے بے وفائی نہیں کر سکتا' میری ضد کے سامنے میرے سب گھر والے خاموش ہو گئے۔

میں نے پانچ وقت باجماعت نماز ادا کرنا شروع کر دی' چند دن کے بعد محکمہ تعلیم کی طرف سے نوکریوں کا اعلان کیا گیا' محکمہ تعلیم میں بھرتی کیلئے میں نے بھی درخواست دے دی' سولہ ہزار درخواستیں جمع ہوئیں جن میں اکثریت بی اے' بی ایڈ اور ایم اے تھے اور میری تعلیم صرف میٹرک تھی اور بھرتی کی تعداد صرف 27 تھی۔ انٹرویو کے دن جب میں قطار میں کھڑا تھا تو میں نے دعا کی کہ یا اللہ تیرے محبوب ﷺ کی سنت سے میں نے وفا کی ہے' یا اللہ تو مجھے امتحان میں کامیاب کر دے' یا اللہ میں بے روزگار ہوں' لوگوں کے طعنے سنتا ہوں' یا اللہ اپنے محبوب کی سنت کے طفیل اچھا روزگار عطا فرما دے' میرا انٹرویو ہوا' انٹرویو کے بعد میرے دل میں بہت حوصلہ تھا کہ اللہ مجھے روزگار دے گا۔ انٹرویو کے چند دن کے بعد مجھے آرڈر مل گئے۔ میں اپنے مقامی سکول میں ٹیچر تعینات ہو گیا' ملازمت کے ایک سال کے بعد میری شادی ہو گئی اور چند سال کے بعد میں نے دوسری شادی کر لی۔ دوسری شادی کے سات سال بعد میں نے میٹرک پاس لڑکی سے تیسری شادی کر لی اب الحمدللہ! میری تین بیویاں ایک ہی گھر میں رہائش پذیر ہیں۔ میری تینوں بیویوں کے درمیان کبھی کوئی لڑائی جھگڑا نہیں ہوا اور ہر بیوی سے ایک بیٹا اور ایک بیٹی ہے۔ آج خوش و خرم زندگی بسر کر رہا ہوں میں اکثر سوچتا ہوں دکاندار مجھے غیر مسلم نہ کہتا تو شاید میں کبھی ڈاڑھی نہ رکھتا اور اگر ڈاڑھی نہ رکھتا تو میں بیروزگار ہوتا اور کنوارا ہوتا' میرے خاندان میں ایسے کئی نوجوان ہیں جو بیروزگار ہیں اور کنوارے ہیں جبکہ مجھ ناچیز کو اللہ تعالیٰ نے سنت مصطفیٰ ﷺ کے صدقے عزت والا روزگار اور نیک سیرت بیویاں عطا کی ہیں۔ واقعی اللہ تعالیٰ ڈاڑھی والوں کی بڑی قدر کرتا ہے اس میں شک کی گنجائش ہی نہیں ہے۔

شیخ ابوطالب مکی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ بعض ادیبوں کا قول ہے کہ ڈاڑھی بڑھانے میں کئی فوائد ہیں مثلاً۔۔۔

1۔ لوگوں کی نظروں میں ڈاڑھی والے کی عزت ہوتی ہے۔
2۔ اس کو علمی اور باوقار شخصیت سمجھا جاتا ہے۔ 3۔ مجالس میں اس کی تعظیم کی خاطر اونچی اور نمایاں جگہ پر بٹھایا جاتا ہے۔
4۔ سب لوگ اس کی بات زیادہ توجہ سے سنتے ہیں۔
5۔ جماعت وغیرہ میں بھی اس کو آگے کیا جاتا ہے۔ 6۔ جب کوئی شخص اس سے فحش کلامی کرتا ہے تو اس کی ڈاڑھی دیکھ کر مخالف کو شرم آجاتی ہے اس طرح اس کی عزت بچ جاتی ہے۔ پس جو مسلمان ڈاڑھی رکھتا ہے وہ اللہ اور اس کے رسول ﷺ کا محبوب بن جاتا ہے۔

# جب میں نے توبہ کی

(سعدیہ، سکھر)

**مجھے محسوس ہو رہا تھا کہ جیسے بڑے میاں کے ضعیف و ناتواں بازوؤں نے مجھے دوزخ کے دہانے سے کھینچ لیا ہے**

مجھے محکمہ میں ملازم ہوئے ابھی چند دن ہی ہوئے تھے کہ ایک دن حسب معمول میں دفتر میں کام کر رہا تھا کہ ایک بڑے میاں آئے اور نہایت خوشامدانہ لہجہ میں مجھ سے کہنے لگے بیٹا! میرے مکان کا کلیم گم ہے اور عدالت میں مجھے اس کی کاپی نقل پیش کرنی ہے اس لیے اپنے ریکارڈ سے کاپی نکال دو تاکہ اس کی نقل کروا کر عدالت میں پیش کر سکوں۔ میں نے اس بزرگ کی طرف دیکھے بغیر کہا پچاس روپے لگیں گے بزرگ کہنے لگے جیب میں پھوٹی کوڑی تک نہیں پچاس روپے کہاں سے لاؤں؟ میں نے کہا جیب خالی ہے تو میں کیا کروں؟ کچھ دیر بعد سر اٹھا کر دیکھا تو وہ جا چکے تھے۔ دوسرے روز میں ابھی دفتر میں داخل ہوا ہی تھا کہ وہی بڑے میاں آئے اور پچاس روپے میری طرف بڑھاتے ہوئے بولے کچھ بابو جی اب تو کام ہو جائے گا' قبل اس کے کہ میں انہیں کچھ جواب دیتا میری نظر ان کے چہرے پر پڑی' بڑے میاں کی آنکھوں سے آنسو نکل کر ان کی ڈاڑھی میں جذب ہو رہے تھے میں نے رونے کی وجہ پوچھی تو پہلے تو وہ پس و پیش کرتے رہے مگر میرے اصرار پر انہوں نے بتایا کہ کل یہاں سے جا کر اپنی جوان سال بیٹی کے کانٹے جو میں نے چند آنے روزانہ کی بچت کر کے اس کی شادی کیلئے بنوائے تھے فروخت کر دیئے تاکہ آپ کا خرچ پورا کر سکوں اس سے آگے وہ کچھ نہ کہہ سکے' میں نے فوراً کر فائل سے ان کی کاپی نکال دی اور جبراً وہ روپے ان کی جیب میں ٹھونس دیئے ان کے جاتے ہی میں نے عہد کیا کہ آئندہ کبھی رشوت نہ لوں گا' مجھے محسوس ہو رہا تھا کہ جیسے بڑے میاں کے ضعیف و ناتواں بازوؤں نے مجھے دوزخ کے دہانے سے کھینچ لیا ہے کیونکہ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: ''رشوت دینے والا اور لینے والا دونوں دوزخی ہیں''

## چھینک کیلئے نسخہ خاص

چھینک کے علاج کے لیے ایک نسخہ جو کہ میرا بار ہا کا آزمودہ ہے' عبقری کے قارئین کیلئے یہ نسخہ حاضر ہے:۔ میرے گھر والوں کو جب بھی چھینک لگیں یہی نسخہ استعمال کرواتا ہوں۔۔۔ ھوالشافی: دس گرام سونف' تیس گرام گلقند سیون اپ ریگولر بوتل۔ سونف کو باریک پیس کر گلقند میں مکس کر لیں بوتل میں ملا کر اچھی طرح مکس کر لیں پھر کسی باریک کپڑے وغیرہ سے چھان کر جو چھان نکلے اسے پھینک دیں اور جو پانی نکلے اسے پی لیں۔ یہ علاج دو مرتبہ کریں ویسے تو پہلی خوراک سے ہی آرام آجاتا ہے۔ (محمد طاہر، جھنگ)

اگر کسی کو بچھو یا کوئی زہریلا جانور کاٹ جائے تو آک کے پتوں کا پانی نکالیں مریض کے نتھنوں میں ٹپکائیں آرام آجائے گا۔ (پروفیسر (ر) غلام قادر ہراج 'جھنگ)

ضیاء الرحمن

# نوجوانوں کی جنسی الجھنیں اور ان کا حل

جس طرح کھانا، پینا، لباس، پہننا، منہ ہاتھ دھونا، سونا جاگنا انسانی جبلت میں شامل ہیں اسی طرح جنس بھی ساری دنیا کا مسئلہ ہے۔ جنس مخالف میں دلچسپی لینا اور اپنی نسل کو آگے بڑھانا ہر جاندار کی خواہش اور ضرورت ہے

انسان جب پیدا ہوتا ہے تو رنگ و نسل کے فرق کے بغیر یکساں قسم کے مراحل میں داخل ہوجاتا ہے۔ امیر و غریب میں کوئی فرق نہیں ہوتا۔ دو ہاتھ، دو ٹانگیں، ناک، کان، آنکھیں، پیٹ نظام اور بول و براز وغیرہ سب ایک ہی جیسے اور ان کی ضروریات اور دیکھ بھال کے آداب بھی ایک ہی جیسے ہوتے ہیں۔ معاشی و معاشرتی فرق البتہ ضرور ہوتا ہے۔ ایک بچے کو سردی و گرمی سے محفوظ رہنے کیلئے نہایت قیمتی لباس مہیا کر دیا جاتا ہے اور دوسرا اسی طرح کا بچہ صرف ماں کے آنچل میں یا پھٹے پرانے کپڑوں میں موسموں کا مقابلہ کرنے پر مجبور۔ تاہم ضروریات زندگی میں کوئی فرق نہیں ہوتا۔ اس طبقاتی فرق کو آج تک مٹایا نہیں جاسکا اور نہ یہ ممکن ہے۔ جو بات میں قارئین کے ذہن نشین کرانا چاہتا ہوں وہ ایک نہایت اہم انسانی ضرورت ہے۔

جس طرح کھانا، پینا، لباس، پہننا، منہ ہاتھ دھونا، سونا جاگنا انسانی جبلت میں شامل ہیں اسی طرح جنس بھی ساری دنیا کا مسئلہ ہے۔ جنس مخالف میں دلچسپی لینا اور اپنی نسل کو آگے بڑھانا ہر جاندار کی خواہش اور ضرورت ہے۔ جس طرح ہمیں کھانے پینے، سونے جاگنے، نہانے دھونے، اٹھنے بیٹھنے اور بول چال و باہم تعلقات کے علم و آداب جاننے اور سمجھنے کی ضرورت ہوتی ہے اسی طرح انسانی جنسی تعلق کیلئے نہایت اہم اور نازک علم کی بھی ضرورت ہے۔

لیکن اس نہایت اہم اور ضروری علم کو ہمارے بعض نادان لکھاریوں نے اپنی تحریروں کے ذریعے سے ایک ایسا رخ دے رکھا ہے کہ ہم بحیثیت مسلمان اس علم کی ہوا تک اپنے بچوں کو لگنے نہیں دیتے اور اسے سات پردوں میں چھپا کر رکھنے کی کوشش میں لگے رہتے ہیں اور بچوں کو ان کے حال پر چھوڑ دیتے ہیں۔ بچہ جب جوان ہوتا ہے اور اس میں قدرتی تبدیلیوں کا عمل شروع ہوجاتا ہے تو وہ حیران و پریشان اپنے دوستوں خصوصاً شادی شدہ ساتھیوں کی طرف رجوع کرتا ہے جو اسے اپنے پوشیدہ واقعات چٹخارے لے لے کر سناتے ہیں یا پھر اسے مختلف بازاری کتابوں (جو زیادہ تر انگریزی کتابوں کے ترجمے ہوتے ہیں) کو خرید کر پڑھنے کا مشورہ دیتے ہیں۔ اہل مغرب کے تراجم پڑھ کر نوجوان مزید الجھ جاتا ہے جس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ یہ کتابیں اس معاشرتی پس منظر اور ان احوال و کوائف میں لکھی گئی ہوتی ہیں جو ہماری اسلامی اقدار اور مقامی معاشرت کا الٹ ہوتی ہیں۔ وہاں جنسی آزادی اور بے حیائی عروج پر ہے۔ لیکن ہماری مذہبی و معاشرتی اقدار کا تقاضا کچھ اور ہوتا ہے اور ہمارا نوجوان ان کتب سے کچھ حاصل کرنے کے بجائے اس نازک مسئلے میں الجھ کر رہ جاتا ہے اور اس کے ذہن میں پڑی ہوئی گرہیں کھلنے کے بجائے مزید الجھ جاتی ہیں۔

بیرونی عوامل اتنے طاقتور، پرکشش اور جاذب نظر ہیں کہ نئی نسل مغرب کے ہر فیشن اور تہذیبی و جنسی نظریے کو اپنانے پر مجبور ہوجاتی ہے۔ ادھر ہمارا بزرگ، اہل علم اور دانشور طبقہ ان نظریات کی تمام تر خرابیوں کو جانتے ہوئے بھی اب تک کوئی ایسا ٹھوس اور جاندار حل پیش کرنے میں کامیاب نہیں ہوسکا جس سے ہم اپنی نسل کو تباہی کے اس غار میں گرنے سے بچاسکیں۔ بزرگوں کی اس چشم پوشی کے جو بھیانک اور تباہ کن نتائج آج کی نسل جنسی بے راہ روی کی شکل میں بھگت رہی ہے وہ ایک قومی المیہ ہے۔ ہمارا معاشرہ مغربی تہذیب اور جنسی نظریات کو قبول کرنے کے بعد نیم کھوکھلا ہوچکا ہے۔ اس کا نتیجہ کیا نکلے گا؟ اس کے بارے میں پیش گوئی کرنا کوئی زیادہ مشکل نہیں ہے۔ ہمارا معاشرہ جس تیزی سے بے راہ روی کی راہ پر چل پڑا ہے اس کا نتیجہ صرف تباہی کی صورت میں ہی نکل سکتا ہے۔

بزرگوں، علماء اور دانشوروں کا ایک ایسا طبقہ بھی ہے جو نئی نسل کو ہر وقت طعن و تشنیع کرنے میں مصروف رہتا ہے لیکن وہ شاید یہ بھول گئے ہیں کہ ان کا اصل فرض کیا ہے۔ کیا انہوں نے اپنی اولادوں، اپنے حلقہ اثر، اپنے سکولوں اور جامعات کو اس پھیلنے والی فحاشی کے اثرات بد سے آگاہ کیا؟ کیا انہوں نے اس بے راہ روی اور جنسی بد اعمالیوں سے پیدا ہونے والے امراض اور ان امراض کی وجہ سے ہونے والی ہلاکت آفرینیوں سے دوسروں کو آگاہ کرنے کا فریضہ انجام دیا؟ اگر نہیں تو پھر جو ہو رہا ہے محض اس پر شور و شغب سے کیا حاصل! اگر آپ نے اپنا فرض ادا کرتے ہوئے اپنے بچوں کو اسلامی جنسی و تہذیبی علوم سے آگاہ کرنا ضروری خیال نہیں کیا تو پھر جو لٹریچر بھی آپ کے بچے پڑھ رہے ہیں، اس میں اگر کسی عضو کا نام آجاتا ہے تو بدکنا چھوڑ کیوں نہیں دیتے اور لٹھ لے کر اپنے بچوں کے پیچھے کیوں دوڑ پڑتے ہیں۔ انہیں گناہ گار قرار دے کر آپ کس خدمت خلق کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ برادر کرم دوئی کا یہ انداز چھوڑ دیجئے اور اپنے بچوں کے خلاف محاذ آرائی کرنے کے بجائے اپنے تمام تر قوتوں اور طاقت ان نادیدہ قوتوں کے خلاف استعمال کیجئے جو اس سارے فساد کی جڑ ہیں ان ہاتھوں کو کاٹیے جو آپ کے بچوں تک یہ اخلاق سوز اور غیر معیاری گھٹیا اور فحش لٹریچر پہنچانے اور تھمانے کے ذمے دار ہیں۔ اپنا صحیح فرض منصبی پہچانئے اور اپنے بچوں کو از خود وہ علم دیجئے جس کی آپ کے بیٹے یا بیٹی کو ضرورت ہے۔

یاد رکھیے! لفظ جنس نہ تو مکروہ لفظ ہے اور نہ اس میں کوئی گندگی ہے۔ یہ لازمی انسانی ضروریات میں سے ایک کا نام ہے۔ بالکل اسی طرح بلوغت کے بعد مسنون طریقے سے نوجوان لڑکے لڑکی کی شادی اور باہم میلان بھی ایک اہم ضرورت ہے اور اس کا علم حاصل کرنے سے ہماری مراد یہ ہے کہ شادی سے پہلے خصوصاً زمانہ طالب علمی میں جب بہت سے طلبا اپنے فارغ اوقات میں باہم گپ شپ کریں یا مخصوص دوستوں کا چناؤ کرکے مخصوص محفلیں سجائیں تو وہ ان محافل میں کی جانے والی خلاف وضع حرکات کے بھیانک نتائج سے آگاہ کرنے کی کوشش کریں جس سے نہ صرف ان کی صحت برقرار رہے بلکہ اپنی آئندہ آنے والی زندگی میں وہ معاشرے کا ایک لاغر و بیمار فرد بننے اور ہزاروں روپے اپنے علاج معالجے پر خرچ کرکے گھریلو بجٹ کو متاثر کرنے کے بجائے ایک صحت مند اور روشن ضمیر انسان بن سکیں۔

میں اپنے بزرگوں اپنے اساتذہ اور دانش ور دوستوں سے یہ مخلصانہ اپیل کروں گا کہ وہ انسانی جنسی جبلت پر قدغن لگانے کے بجائے بچوں میں یہ شعور پیدا کریں۔ بچوں کے سوالات پر بوکھلانے کے بجائے ان کی تسلی و تشفی کریں تاکہ وہ کوئی غلط عمل منتخب نہ کرسکیں۔ میں جنس کے موضوع پر لکھنے والے اپنے بھائیوں سے خصوصاً اپیل کروں گا کہ وہ اپنی تحریروں کو صاف ستھرا رکھ کر اس انداز سے اس علم کے بارے میں لکھیں کہ ہمارے نوجوان اور جنسی تبدیلیوں کے بارے میں متجسس افراد کی تشفی ہوسکے۔

عشق ہونے کا لاجواب عمل: جو شخص روزانہ صبح کی نماز کے بعد یَامُقَلِّبَ کثرت سے پڑھا کرے گا اللہ رب العزت اُسے غنی فرما دیں گے۔

# اونٹنی کا دودھ خاندان بھر کی صحت کا ضامن

طب نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کا تجویز کردہ علاج اونٹنی کا دودھ غذا بھی ہے اور دوا بھی۔ اس میں صحت بھی ہے عافیت اور شفا بھی۔

موجودہ دور کے نامور غیر مسلم محقق پاکیل نے اعتراف کیا ہے کہ اونٹنی کے دودھ کی طبی اہمیت کا اندازہ سب سے پہلے مسلمانوں کے پیغمبر محمد (صلی اللہ علیہ وسلم) کو تھا۔

زمانہ قدیم کی طرح عصر حاضر میں بھی صحرائی لوگ اسے بنیادی غذا کے طور پر استعمال کرتے ہیں اور عرب اونٹنی کے دودھ کو متعدد بیماریوں کیلئے تریاق خیال کرتے ہیں۔ عرب اسکالرز امام رازی اور حکیم ابن سینا کے مطابق یہ دودھ دماغی کیفیات' مزاج کے بگاڑ' معدے کی تیزابیت ودیگر تکالیف اور جگر کے امراض کا بہترین علاج ہے کیونکہ یہ انتہائی بے ضرر انداز میں کام کرتا ہے۔ ہیپاٹائٹس (پیلیا۔ یرقان) کے علاوہ جسم کے اندرونی اعضاء کے ورم کیلئے اس کا استعمال نہایت مفید ہے۔

جدید تحقیقات کے مطابق اونٹنی کے دودھ میں کینسر سے شفا یابی کے عناصر موجود ہیں اس کے علاوہ یہ دودھ متعدد بیماریوں مثلاً استسقاء (پیٹ میں پانی بھر جانا) ٹی بی' دمہ' پیٹ کے تمام امراض' قبض' دیوابیر' معدے کی تیزابیت' جگر کی گرمی' تلی کے مسائل اور متعدد دیگر امراض کا مؤثر علاج ہے۔ اونٹنی کے دودھ میں شامل خاص معالجاتی عناصر اور پروٹینز انتہائی خطرناک اور وبائی امراض میں حفاظتی اور دفاعی حصار کے طور پر کام کرتے ہیں اور اس میں شامل جراثیم کش عناصر بیماریوں سے بچاؤ میں اہم کردار ادا کرتے ہیں اور قوت مدافعت میں اضافہ کرتے ہیں۔

اونٹنی کے دودھ کے ایک لیٹر میں تقریباً 52 یونٹ انسولین شامل ہوتے ہیں اس کے علاوہ دیگر کئی خصوصیات کی بنا پر اس دودھ کا مستقل استعمال شوگر کے مریضوں کے لیے انتہائی فائدہ مند ہے۔

> اونٹنی کا دودھ انتہائی زود اثر ہے اور فوری توانائی مہیا کرتا ہے۔ ضعیف' کمزور اور بوڑھے لوگوں کیلئے اس دودھ کا استعمال بے حد فائدہ مند ہے۔

ذہنی طور پر معذوری کا شکار بچوں کیلئے بہترین قدرتی دوا ہے۔ ماں کے دودھ کے قریب ترین ہونے کی وجہ سے شیر خوار بچوں کیلئے بہترین غذا ہے۔ متعدد عرب ممالک میں مائیں اپنے بچوں کو ماں کے دودھ کے نعم البدل کے طور پر اونٹنی کا دودھ استعمال کراتی ہیں۔ حاملہ خواتین متعدی امراض سے بچاؤ کیلئے اونٹنی کا دودھ اور دودھ پلانے والی ماؤں کیلئے انتہائی مفید ہے۔ طویل بیماری کے بعد جلد بحالی صحت کیلئے' ہائی پاور اینٹی بائیوٹک ادویات کے مضر اثرات سے بچاؤ اور کیموتھراپی کے عمل سے گزرنے والے مریضوں کیلئے اونٹنی کا دودھ حفاظتی حصار کے طور پر کام کرتا ہے اور بعد از کیموتھراپی مسائل کے حل میں معاون ہے۔ اونٹنی کا دودھ انتہائی زود اثر ہے اور فوری توانائی مہیا کرتا ہے۔ ضعیف' کمزور اور بوڑھے لوگوں کیلئے اس دودھ کا استعمال بے حد فائدہ مند ہے۔ کولیسٹرول (چکنائی) کی برائے نام موجودگی کی وجہ سے یہ دودھ امراض قلب سے متاثر مریضوں کیلئے بالکل بے ضرر بلکہ فائدہ مند ہے۔ اس میں شامل معدنیات اور وٹامنز کی بنا پر تازہ پھلوں اور سبزیوں کا بہترین نعم البدل ہے۔ اونٹنی کا دودھ مکمل غذا ہے۔ موٹاپے سے پریشان اس دودھ کے استعمال سے کچھ ہی عرصہ میں وزن کم کر سکتے ہیں۔ اونٹنی کا دودھ ہڈیوں کی کمزوری دور کرتا ہے اور انہیں مضبوط بناتا ہے۔ ہڈیوں کے بھر بھرے پن کے مریضوں کیلئے بہترین قدرتی علاج ہے کیونکہ اس میں قدرتی طور پر وٹامن ڈی اور آئرن کی اضافی مقدار شامل ہوتی ہے۔ اونٹنی کا دودھ بہترین سلمنگ ٹانک ہے۔ اس دودھ کا مستقل استعمال خاندان بھر کی صحت کا ضامن اور متعدد بیماریوں سے بچاؤ کا ذریعہ ہے۔ طریقہ استعمال: صبح نہار منہ ایک گلاس روزانہ اور عصر کے بعد ایک گلاس۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبوی اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

## مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں اول سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک ہو جائیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یَاحَافِظُ یَاحَفِیْظُ ورد کریں' اول وآخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہیں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ" آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں" یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

### مراقبہ سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے عبقری سے منسلک ہوئے تقریباً تین سال ہو گئے ہیں' میں نے عبقری سے بہت کچھ پایا ہے اور خاص کر مراقبے نے تو مجھے دنگ کر دیا ہے۔ پچھلے چند سال پہلے میرا کاروبار دن بدن زوال پذیر ہو رہا تھا جس کیلئے میں نے لاکھ جتن کیے مگر مالی حالات درست نہ ہوئے۔ پھر ایک دن میں نے عبقری میں سے دیکھ کر مراقبہ دی گئی ترتیب کے مطابق کرنا شروع کر دیا تو ابھی چند ماہ ہی یقین توجہ اور دھیان کے ساتھ کیا کہ میرے ساتھ بڑی بڑی پارٹیوں نے خود رابطہ کیا اور مجھے اتنا کام ملا کہ میں نے دو شفٹوں میں اپنے کارخانہ میں کام کروایا۔ الحمدللہ! اب بھی میرا کام اسی طرح جاری ہے اور مراقبہ بھی ہر ماہ اسی یقین' توجہ اور دھیان کے ساتھ کرتا ہوں۔ (حاجی عبدالکریم' چکوال)

لوگ کہتے ہیں کہ دل سے غافل ہو تو زبان سے ذکر کرنا بے سود ہے یہ صحیح نہیں کیونکہ دل نہ سہی زبان تو اللہ کے ذکر میں مشغول ہوتی ہے البتہ کوشش یہ ہو کہ دل غافل نہ رہے۔

# میاں بیوی میں موجود سرد مہری کی وجہ

(سیدہ نزہت رضا)

مسائل حیات کے بعد میاں بیوی کو جہاں بہت سے مسائل کا سامنا رہتا ہے وہاں چند ایسے مسائل بھی جنم لیتے ہیں جو رشتوں میں دوری پیدا کرنے کا باعث بنتے ہیں۔ ایسا ہی ایک مسئلہ میاں بیوی کے درمیان پائی جانے والی سرد مہری کا ہے جس سے ہر شادی شدہ جوڑا متاثر ہوتا ہے۔ ابتدائی ایام میں کیے جانے والے عہد و پیماں کو بہا کر لے جاتا ہے اور میاں بیوی کی محبت میں دراڑ پڑ جاتی ہے۔ یہ سرد مہری دوسروں کی خواہشات پوری کرنے کیلئے بھی دکھائی جاتی ہیں اور ایک دوسرے پر اپنی شخصیت کا رعب پیدا کرنے کیلئے بھی۔ لیکن کتنی عجیب سی بات ہے کہ انسان کی تخلیق کے وقت فطرت کی جانب سے میاں بیوی کے رگ رگ میں اور رگ رگ میں یہ بات ڈال دی گئی کہ ایک دوسرے سے ہمیشہ مہر و محبت سے پیش آؤ اور اگر پرندے درختوں کی ٹہنیوں پر جھولتے ہوئے محبت کی زبان استعمال کر سکتے ہیں تو مسائل حیات کے تختہ دار پر لٹکے میاں بیوی ایسا کیوں نہیں کر سکتے؟

دراصل انسان کا مزاج اور اس کی طبیعت دونوں کو قریب لانے یا دور لے جانے کا باعث بنتے ہیں۔ مشاہدات سے بات منظر عام پر آ چکی ہے کہ وہ تمام جوڑے جو مل کر ایک دوسرے کو اہمیت دیتے ہیں یا ایک دوسرے کی اہمیت اور موجودگی سے آگاہ ہوتے ہیں ان کی زندگی پر سکون رہتی ہے لیکن وہ جوڑے جن میں ذہنی ہم آہنگی نہیں پائی جاتی وہ جلد ہی ایک دوسرے سے بیزار ہو جاتے ہیں۔ میاں بیوی کے رشتے کے بارے میں یہ کہا جاتا ہے کہ یہ دونوں گاڑی کے دو پہیے ہوتے ہیں اور اگر ایک پہیہ خراب ہو جائے تو گاڑی کا چلنا مشکل ہو جاتا ہے یہی وجہ ہے کہ بہت سے جوڑوں کو اپنی گاڑیاں یعنی ہمسفر تبدیل کرنے پڑتے ہیں۔ درحقیقت ہم ایک دوسرے سے بہت سی توقعات وابستہ کر لیتے ہیں جن کے پورا نہ ہونے پر ہمیں اپنا ہمسفر برا لگنے لگتا ہے لیکن اگر عقل و شعور اور حالات کو سمجھتے ہوئے ہم اپنی بیجا خواہشات اور توقعات کا وجود مٹا دیں تو زندگی نہ صرف پر لطف ہو جائے گی بلکہ زندگی کا ہر لمحہ خوشیوں سے بھرپور اور پر سکون بن جائے گا۔

ہمارے ہاں پائے جانے والے بعض نظریات بھی آپس کی نفرت بڑھانے کا موجب ہوتے ہیں یہ نظریات تعلیم اور عقل شعور کی وجہ سے پائے جاتے ہیں جبکہ بعض خاوند اور بیوی کی مختلف اقسام اور کیٹیگریز بھی نمایاں کردار ادا کرتی ہیں۔ بعض خاوند تیز مزاج ہوتے ہیں جیسے بھری بندوق جو بیوی کے حقوق اور گھر میں ان کی اہمیت سے ناواقف ہوتے ہیں اور بیوی نے اگر غلطی سے ذرا سی بھی مہر و محبت کی بات کی یا اپنے حق کیلئے منہ کھولا تو فوراً بندوق چل جاتی ہے اور جھاڑ جھنکار شروع ہو جاتی ہے۔ دن کے چوبیس گھنٹے ماتھے پر تیوری دیکھ کر بیویاں سہم جاتی ہیں اور خاوند کے گھر آنے پر سر جھکائے حکم کی تعمیل کرتی ہیں۔

خاوندوں کی دوسری قسم ایسی ہوتی ہے جس میں بیوی کی خدمت کا صلہ صرف سرد مہری سے دیا جاتا ہے بعض بیوی کی اہمیت جانتے ہوئے اس کے حقوق سے انحراف کرنا ان خاوندوں کا پسندیدہ مشغلہ ہوتا ہے۔ دراصل خاوندوں کی یہ قسم جانتے بوجھتے ہوئے بھی انجان بنی رہتی ہے۔ محبت کا اصل راز خود سپردگی ہے اپنے آپ کو دوسرے کے حوالے کر دینے سے ہی دو دل ایک ساتھ دھڑکتے ہیں اور ایسے شادی شدہ جوڑے جو ایک دوسرے کی مصروفیات سے بخوبی آگاہ ہوں جن کے مابین ذہنی ہم آہنگی پائی جاتی ہو اور جو زندگی کی گاڑی مزید چلانے کے خواہاں ہوں ان میں کبھی بھی سرد مہری کی شکایات پیدا نہیں ہوتیں۔

سرد مہری کی ایک اہم اور بڑی وجہ سٹیٹس کا تشخص ہوتا ہے یعنی امیری غریبی کا فرق پیدا کرنا یا تعلیم یافتہ اور ان پڑھ ہونے کا غرور۔ کیونکہ جب رشتوں میں فوقیت اور عہدے کی برتری کا تصور پیدا کر لیا جائے تو ایسی ہی صورتحال پیدا ہو جاتی ہے۔ کسی بھی رشتے کی مضبوطی اور پائیداری کا انحصار اس رشتے کی اہمیت اجاگر کرنے اور اسے نبھانے کے انداز پر ہوتا ہے۔ میاں بیوی کے رشتے میں حالات و واقعات کے پیش نظر اونچ نیچ تو ہوتی رہتی ہے لیکن اگر دونوں چاہیں تو سمجھ بوجھ اور عقل و شعور سے اس پر قابو پایا جا سکتا ہے۔ نہ صرف یہ بلکہ گاڑی کے انجن کو توانائی بھی محبت سے ہی ملتی ہے نا کہ سرد مہری سے۔ زندگی کی مصروفیات ایک طرف لیکن اپنے ہمسفر کا خیال رکھنا اس سے ہم آہنگی پیدا کرنا خود آپ کے حق میں مفید ثابت ہوتا ہے۔

## سنہرے اقوال

بے موقع حیاء باعث محرومی ہے۔ (مثلاً سوال نہ پوچھنا وغیرہ)۔ خواہش پرستی ہلاک کر دینے والا ساتھی ہے۔ بے شک دلوں میں برے برے خیالات گزرتے ہیں مگر عقل سلیم ان سے باز رکھتی ہے۔ (حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ) بے حیاء کی صحبت قیامت کے دن رسوائی کا باعث ہوگی۔ (مولانا روم رحمۃ اللہ علیہ) حیاء سے مراد یہ ہے کہ بدی اور معصیت سے نفس نے طبعی طور پر اختیاص پیدا کیا ہو۔ تیرا سچا دوست وہ ہے جو تجھے گناہوں اور اللہ کی نافرمانی سے ڈراتا ہو۔ (ابو جعفر سوہانی رحمۃ اللہ علیہ)

(انجم وحید سمبڑیال سیالکوٹ)

## مجھے ضرور پڑھیں!!!

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں، رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے۔ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف بزرگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔

3۔ حکیم صاحب کو موصول ہونے والی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ معہ ٹکٹ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال [illegible] ... [illegible] ان کی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔ (ادارہ)

اگر کوئی غلطی سے زہر کھا لے تو اسے فوراً انجیر کلاں کا سفوف چھاچھ کے ہمراہ آب تازہ پلائیں اس مریض کا جانی خطرہ ٹل جائے گا اور پھر فوراً ہسپتال سے رجوع کریں۔

# درود شریف اور صدقہ سے بے بہا رزق پائیں

حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا مجھ کو (یعنی میری خوشی کو) کمزوروں کی دلجوئی میں تلاش کرو کیونکہ کمزوروں کی وجہ سے تم کو بھی رزق دیا جاتا ہے یا یوں فرمایا کہ تمہاری مدد کی جاتی ہے۔ (خطبات الاحکام ص 133، ابوداؤد)

موجودہ دور میں جہاں انسان کو بہت سے مسائل درپیش ہیں ان مسائل میں سے ایک مسئلہ تنگی رزق بھی ہے۔ اکثر لوگ یہ شکایت کرتے پھرتے ہیں کہ آمدن کم اور خرچہ زیادہ ہے۔ اب اس مسئلے کو حل کرنے کیلئے لوگ طرح طرح کے تعویذ دھاگوں کے چکروں میں پڑے ہیں۔ اگر قرآن و حدیث میں بتائے نسخوں کو استعمال کیا جائے تو اس پریشانی سے نجات مل سکتی ہے۔ پہلی بات تو یہ ہے کہ یہ یقین رکھے کہ ہر ذی روح کو روزی پہنچانا اللہ تعالیٰ نے اپنے ذمے رکھا ہے چنانچہ ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ وما من دابۃ فی الارض الا علی اللہ رزقھا یعنی زمین پر چلنے والے ہر جاندار جسے رزق کی ضرورت لاحق ہو اس کو روزی پہنچانا اللہ تعالیٰ نے محض اپنے ذمے کر لیا ہے۔ نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ روح القدس (جبرائیل علیہ السلام) نے میرے دل میں یہ بات ڈال دی ہے کہ بلاشبہ کوئی شخص اس وقت تک نہیں مرتا جب تک وہ اپنا رزق پورا نہیں کر لیتا۔ دیکھو اللہ تعالیٰ کی نافرمانی سے ڈرتے رہو اور حصول معاش کی سعی جدوجہد میں نیک روی اور اعتدال اختیار کرو۔ (تاکہ تمہارا رزق تم تک جائز اور حلال ذرائع سے پہنچے) نیز کہیں ایسا نہ ہو کہ رزق پہنچنے میں تاخیر تمہیں اس بات پر اکسا دے کہ تم گناہوں کے ارتکاب کے ذریعے رزق حاصل کرنے کی کوشش کرنے لگو۔ حقیقت یہ ہے کہ جو چیز اللہ کے پاس ہے اس کو اس کی اطاعت اور خوشنودی کے ذریعے حاصل کیا جا سکتا ہے۔ (مشکوٰۃ) یہ شبہ نہایت ضعیف ہے کہ رزق تو مقدر ہے وہ کیسے گھٹ بڑھ سکتا ہے؟ اس میں رزق کی کیا تخصیص ہے یہ سب چیزیں مقدر تو ہیں امیری اور غریبی صحت و مرض عمر وغیرہ سب میں یہی شبہ ہو سکتا ہے مگر پھر بھی ان امور کو اسباب کے ساتھ مربوط سمجھ کر تدبیر کا استعمال کیا جاتا ہے یہی حال رزق کا سمجھ لینا چاہیے۔

**درود شریف:** حضرت ابوسعید رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے جس شخص کو منظور ہو میرا مال بڑھ جائے وہ یوں کہا کرے:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ عَبْدِكَ وَرَسُوْلِكَ وَعَلَی الْمُؤْمِنِیْنَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَعَلَی الْمُسْلِمِیْنَ وَالْمُسْلِمَاتِ (زاد السعید 19)۔

**خدمت والدین:** حدیث شریف میں ہے حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص رزق کی کشادگی اور عمر کی زیادتی کا خواہشمند ہو اس کو چاہیے کہ صلہ رحمی کرے اور ماں باپ کے ساتھ اچھا سلوک کرے۔ (مسند احمد الادب المفرد)

**استغفار:** استغفار کی کثرت سے بھی پریشانیاں دور ہوتی ہیں اور رزق میں برکت پیدا ہوتی ہے چنانچہ حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو بندہ استغفار کو لازم پکڑے یعنی اللہ تعالیٰ سے برابر اپنے گناہوں کی معافی مانگتا رہے تو اللہ تعالیٰ اس کیلئے تنگی اور مشکل سے نکلنے اور رہائی پانے کا راستہ بنا دے گا اور اس کی ہر فکر اور ہر پریشانی کو دور کر کے کشادگی اور اطمینان فرما دے گا اور اس کو ان طریقوں سے رزق دے گا جن کا اس کو خیال و گمان بھی نہ ہو گا۔

(مسند احمد سنن ابی داؤد و سنن ابن ماجہ)

**صدقہ:** حضور نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: کثرت سے صدقہ دو چھپے اور ظاہر (طور پر) ثواب پاؤ گے اور تعریف کیے جاؤ گے اور روزی دیے جاؤ گے مدد کیے جاؤ گے۔

(خطبات 6 گورہ ص 32)

**کمزوروں کی دلجوئی:** حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا مجھ کو (یعنی میری خوشی کو) کمزوروں کی دلجوئی میں تلاش کرو کیونکہ کمزوروں کی وجہ سے تم کو بھی رزق دیا جاتا ہے یا یوں فرمایا کہ تمہاری مدد کی جاتی ہے۔ (خطبات الاحکام ص 133، ابوداؤد)

**نکاح:** حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ عورتوں سے نکاح کرو وہ تمہارے لیے مال لائیں گی۔ (یعنی ان کے آنے سے اللہ تعالیٰ مال میں برکت دے گا جہیز لانا مراد نہیں)

(بقیہ: رزق میں وسعت کا پچاس سالہ آزمایا عمل)

تین بار پڑھے اور نماز سے فارغ ہو کر ایک سو مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ گناہوں سے پاک ہو گا اور بہشت میں بے انتہا نعمتیں ملیں گی۔ (جنتی زیور صفحہ 157) جو شخص اس رات میں چار رکعت نماز نفل اس ترکیب سے پڑھے کہ ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورۃ اخلاص پڑھے تو رب العزت اس کے پچاس برس گزشتہ اور پچاس سال آئندہ کے گناہ بخش دیتا ہے اور اس کیلئے ملاء اعلیٰ میں ایک محل تیار کرتا ہے۔

# ایک درہم کے عوض جنت

راشد شمسی، لاہور

رات کے وقت کشتی میں تمام مسافر سوار ہو گئے تو سب نے ہاتف غیبی کی آواز سنی "اے کشتی والو! ابوداؤد نے ایک درہم کے عوض جنت خرید لی"

امام ابوداؤد رحمۃ اللہ علیہ محدثین کے امام ہیں۔ ایک بار وہ کشتی میں سفر کر رہے تھے دریا کے کنارے ایک آدمی کو چھینکنے کے بعد الحمدللہ کہتے سنا' چھینکنے والا الحمدللہ کہے تو جواب میں یرحمک اللہ کہنا سنت ہے اور مسلمان بھائی کا حق بھی ہے۔ امام صاحب کی کشتی آگے نکل گئی تھی آپ رحمہ اللہ نے ایک درہم کے عوض ایک چھوٹی کشتی کرائے پر لی' چھینکنے والے کے پاس آئے اور انہیں یرحمک اللہ کہا اس نے جواب میں یھدیک اللہ کہا (اس کا مطلب ہے اللہ آپ کو ہدایت دے) امام صاحب رحمۃ اللہ علیہ واپس اپنی کشتی میں آ گئے۔ آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا: "مجھے خیال ہوا کہ ہو سکتا ہے یہ آدمی مستجاب الدعوات ہو اللہ کے ہاں اس کی دعا قبول ہوتی ہے اور میرے یرحمک اللہ کہنے کے جواب میں وہ یھدیکم اللہ کہے گا تو بہت ممکن ہے اس کی یہ دعا میرے حق میں قبول ہو جائے۔ اس لیے میں کشتی لیکر اس کے پاس گیا۔ کہتے ہیں جب سفر شروع ہوا' رات کے وقت کشتی میں تمام مسافر سوار ہو گئے تو سب نے ہاتف غیبی کی آواز سنی "اے کشتی والو! ابوداؤد نے ایک درہم کے عوض جنت خرید لی"

**جھوٹ کی سزا:** ایک چیونٹی اپنے بل سے نکلی اسے مری ہوئی ٹڈی کا ایک ٹکڑا ملا' اس نے اٹھانا چاہا مگر اٹھا نہ سکی اسے چھوڑ کر چلی گئی اور اسے اٹھانے کیلئے کئی چیونٹیوں کو بلا لائی' میں نے اس ٹکڑے کو زمین سے اٹھا لیا' چیونٹیوں نے اس جگہ گھوم کر اس ٹکڑے کی تلاش کی جب وہ نہ ملی تو باقی واپس چلی گئیں اور وہ اکیلی وہیں رہی' میں نے اس ٹکڑے کو اس کے سامنے رکھ دیا' اس نے پھر اٹھانا چاہا لیکن اٹھا نہ سکی' وہ پھر چلی گئی اور ان کو ساتھ لے آئی میں نے وہ ٹکڑا پھر اٹھا لیا وہ ادھر ادھر دیکھ کر واپس چلی گئیں یا وہ چیونٹی پھر وہیں رہی' میں نے کئی بار ایسا کیا' آخر ایسا ہوا کہ ان چیونٹیوں نے ایک حلقہ باندھا اور اس چیونٹی کے عضو الگ الگ کر دیے۔ میں نے اس حکایت کا جب اپنے استاد سے ذکر کیا تو انہوں نے فرمایا دوسری چیونٹیوں نے اس چیونٹی کو اس لیے مارا کہ اللہ تعالیٰ نے ان کی فطرت میں یہ بات ڈال دی ہے کہ جھوٹ گناہ ہے وہ چیونٹی ان کے نزدیک جھوٹی ثابت ہوئی تھی۔ (شفاء العلیل لابن قیم)

اثر آپ سمجھتے ہیں کہ ہر رات کو ایک تہائی قرآن کریم کی تلاوت کریں مگر اس کا موقع یا ہمت نہیں ہے تو آپ اخلاص کیساتھ "سورۂ اخلاص" ایک مرتبہ پڑھ لیں۔ ایک تہائی قرآن کریم کا اجر ملے گا۔

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج

# روحانی بیماریوں کا روحانی علاج

براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں نہ ہی بجہ طلب امور کیلئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ مختصر اور صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند ٹیپ یا سٹیپلر پن کا استعمال نہ کریں کیونکہ خط کھولتے ہوئے پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا اپنا نام شہر کا نام اور مکمل پتہ واضح کر کے جوابی خط پہ ضرور لکھیں ایڈریس نامکمل ہونے کی وجہ سے جواب نہیں دیا جاتا۔

بعض لوگ خط لکھنے کے بعد جواب کا انتظار نہیں کرتے فوراً مزید لکھ دیتے ہیں۔ کم از کم چالیس دن انتظار کریں۔ جو وظیفہ بتایا گیا ہے صرف اسی میں توجہ کریں بار بار وظائف ہرگز نہ بدلیں۔

## منفی خیالات سے نجات

میں میڈیکل کالج میں پڑھتی ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ کوئی بھی کام شروع کرنے سے پہلے مجھے ناکامی کا خیال آ جاتا ہے۔ یہ خیال مجھ پر شدید مایوسی طاری کر دیتا ہے اور میں سوچنے لگتی ہوں کہ کتنی ہی محنت کر لی جائے لاحاصل ہی رہے گی۔ پڑھتے وقت ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میں اس امتحان میں فیل ہو جاؤں گی۔ (نسیم، کراچی)

جواب: منفی خیالات سے نجات اور قوت ارادی میں اضافہ کے لیے مراقبہ ایک نہایت مفید عمل ہے۔ آپ کیلئے نیلی روشنیوں کا مراقبہ بہتر رہے گا۔ رات سونے سے قبل آرام دہ نشست میں بیٹھ کر مراقبہ میں تصور کریں کہ آپ نیلے رنگ کے ماحول میں بیٹھی ہیں۔ مراقبہ سے قبل سو بار درود شریف اور سو بار یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کریں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کرتی رہا کریں۔

## اسلام سے دوری کا نتیجہ

میرا مسئلہ خود اپنی غلطی کا نتیجہ ہے۔ آج جب میں اپنی سابقہ زندگی کے بارے میں سوچتی ہوں تو کانپ جاتی ہوں۔ اللہ سے رو رو کر توبہ کرتی ہوں۔ میری کچھ غلطیوں نے میری زندگی کو جہنم بنا کر رکھ دیا ہے۔ واقعہ کچھ یوں ہے کہ دو سال پہلے ایک شخص سے میری دوستی ہو گئی۔ میں تو اسے غیر شادی شدہ ہی سمجھتی تھی اس نے بھی نہیں بتایا کہ وہ شادی شدہ ہے۔ لیکن سات آٹھ ماہ بعد کسی اور ذریعے سے مجھے یہ معلوم ہوا کہ (ش) تو شادی شدہ ہے اس پر میں نے (ش) سے کچھ عرصے سے کنارہ کشی اختیار کر لی اور اپنی تعلیم مکمل کر کے ایک جگہ جاب کر لی۔ یہاں میری ایک اور لڑکے (ا) سے دوستی ہوئی اس نے مجھے بہت محبت دی میں نے اسے (ش) کے بارے میں سب کچھ بتا دیا۔ بہرحال (ا) نے مجھے معاف کر دیا اور ہمارا رشتہ طے ہو گیا۔ (ا) کا ایک بھائی ہمارے رشتے کے حق میں نہ تھا۔ (ش) کو یہ بات معلوم ہوئی تو اس نے (ا) کے بھائی سے رابطہ کیا اور انہیں میرے بارے میں بری بری باتیں بتائیں اس پر (ا) کے بھائی نے ہنگامہ کھڑا کر دیا اور (ا) کو مجبور کر دیا کہ وہ یہ رشتہ ختم کر دے۔ ایک دھوکے باز شخص کی گھٹیا حرکت کی وجہ سے میرا رشتہ ٹوٹ گیا۔ بہرحال مجھے تو اپنی ہی غلطی کی سزا ملی۔ آج بھی ہم ایک دوسرے سے شادی کے خواہشمند ہیں لیکن ان کا بھائی ہمارے رشتہ پر راضی نہیں ہے۔ براہ کرم کوئی دعا بتائیں جس کی برکت سے میرا رشتہ دوبارہ ہو جائے۔ (م، ا)

جواب: یہ سب اسلام سے دوری کا نتیجہ ہے آپ عصر کی نماز کے بعد 100 بار نَصْرٌ مِّنَ اللہِ وَفَتْحٌ قَرِیْبٌ۔ گیارہ گیارہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر مقصد کے حصول کیلئے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ ناغہ کے دن بعد میں شمار کر لیں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یَاسَلَامُ کا ورد کریں اور روزانہ سابقہ گناہوں سے توبہ کرتے ہوئے سو مرتبہ استغفار لازمی پڑھیں۔

## میں اور میرا شوہر۔۔۔

میں اور میرا شوہر اکثر ایک دوسرے سے لڑنے لگتے ہیں حالانکہ بظاہر کوئی وجہ بھی نہیں ہوتی۔ پہلے ہم دونوں ایک دوسرے سے شدید محبت کرتے تھے ایک دوسرے کیلئے جیتے مرتے تھے لیکن اب ایسا نہیں ہے۔ ہمیں ایک دوسرے سے بے زاری محسوس ہوتی ہے شکل دیکھ کر غصہ آنے لگتا ہے۔ شادی سے پہلے میں پانچ وقت نماز کی پابند تھی تہجد بھی پڑھتی تھی۔ شوہر بھی پابند صلوٰۃ تھے اور اکثر درس بھی دیا کرتے تھے لیکن اب کچھ عرصہ سے پانچ وقت کی نماز بھی صحیح طرح ادا نہیں ہو پا رہی ہے۔ شوہر کی صحت بھی خراب رہنے لگی ہے۔ میری نند کو کسی نے بتایا ہے کہ ہمارے خاندان پر کوئی بدخواہ کچھ گندا عمل کروا رہا ہے۔ (س، ج)

جواب: شام کو تین بار سورۂ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے سب گھر والوں کو پلائیں اور تھوڑا سا پانی گھر کے چاروں کونوں میں بھی چھڑک دیں۔ یہ عمل بلاناغہ کم از کم اکیس روز تک کیا جائے۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسمائے الٰہی یَاحَفِیْظُ یَاسَلَامُ کا ورد کریں۔ سب گھر والوں کی طرف سے حسب استطاعت صدقہ کرتے رہیں۔ رات سونے سے قبل ایک سو ایک بار سورۃ النساء کی آیت 53-54 اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے سب گھر والوں کا تصور کر کے دم کر دیں اور مخالفوں کے شر سے محفوظ رہنے کی دعا کریں۔ کم از کم ایک ماہ تک۔

## معاشی پریشانی

گرمی کے دنوں میں میری طبیعت سست رہتی ہے۔ بلڈ پریشر اکثر کم ہو جاتا ہے۔ طبیعت کی سستی کی وجہ سے کام میں بھی دل نہیں لگتا۔ اس کے علاوہ کچھ دنوں سے معاشی پریشانی کی وجہ سے قرض ہو گیا ہے۔ (منیر احمد، سکھر)

جواب: گرمی کے دنوں میں بلڈ پریشر کم ہونے کی وجہ پسینہ کی زیادتی ہو سکتی ہے۔ پسینہ کی زیادتی سے جسم میں نمکیات کی کمی واقع ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت میں پانی زیادہ پینا چاہیے۔ پینے کے پانی میں حسب ذائقہ شکر و تھوڑا سا نمک شامل کر لینا چاہیے۔ روزگار میں برکت اور قرض کی ادائیگی کیلئے عشاء کی نماز کے بعد 101 بار یَارَزَّاقُ گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔ ہر جمعرات حسب توفیق خیرات کر دیا کریں۔

## تشویش پریشانی اور خبط

میں تشویش، پریشانی اور خبط کا شکار ہوں، مجھے ہر وقت گندگی اور ناپاکی کا احساس رہتا ہے۔ باتھ روم جاؤں تو لگتا ہے کہ چھینٹے پڑ گئے ہیں یا طہارت صحیح نہیں کی چنانچہ دوبارہ ہاتھ پاؤں دھوتی ہوں یا غسل کرتی ہوں۔۔۔ کبھی کبھی تو دن میں پانچ چھ مرتبہ نہاتی ہوں دوران غسل کئی اور چپل بار بار دھوتی ہوں نہا کر باہر آؤں تو لگتا ہے کہ شاید ان کپڑوں پر پیشاب کے قطرے لگ گئے ہیں یہ بے چینی اتنی شدت سے ہوتی ہے کہ دوبارہ نہانے چلی جاتی ہوں۔ میری صحت جواب دے چکی ہے اب اکثر دل ڈوبتا ہوا

محسوس ہوتا ہے' سر چکراتا ہے اور متلی محسوس ہوتی ہے۔ ایک خاص بات یہ کہ جن دنوں میں نے نماز نہیں پڑھی ہوتی تب ایسا کچھ احساس نہیں ہوتا۔ (پوشیدہ)

جواب: صبح و شام اکیس اکیس بار سورۂ نور آیت نمبر 21۔ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک چمچ شہد پر دم کرکے پئیں ایک ماہ تک روزانہ کم از کم دو رکوع سورۂ بقرہ کی تلاوت کریں اور ترجمہ بھی پڑھیں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کریں۔

### غلط دوستوں کی صحبت

میری شادی کو 24 سال ہوگئے ہیں ماشاء اللہ تین بیٹے اور دو بیٹیاں ہیں' ایک بیٹی اور بیٹا ابھی پڑھ رہے ہیں' ایک بیٹی کا رشتہ ایک بہت اچھے گھرانے میں طے ہوگیا ہے' معاشی لحاظ سے الحمدللہ کوئی پریشانی نہیں ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرے شوہر کی صحبت بہت خراب ہے۔ پیسے کی فراوانی نے انہیں بگاڑ دیا ہے میں نے شوہر کو سمجھایا کہ بچے بڑے ہوگئے ہیں' بیٹی کی شادی ہونے والی ہے اپنی اولاد کی خاطر ہی سہی ان چیزوں کو چھوڑ دیں تو انہوں نے بے ساختہ جواب دیا کہ تمہیں اور بچوں کو چھوڑ سکتا ہوں ان دوستوں کو نہیں چھوڑ سکتا۔ میری بڑی بیٹی اپنے باپ کی باتوں کی وجہ سے بہت پریشان ہے۔ اس کے سسرال والے بڑے کاروباری اور نہایت نیک اور پابند صوم وصلوٰۃ ہیں۔ ابھی تک بیٹی کے سسرال والے میرے شوہر کی ان عادتوں کی وجہ سے لاعلم ہیں۔ اگر پتہ چل گیا تو کہیں اس رشتہ پر کوئی منفی اثر نہ پڑے۔ (ام مبین احمد' اسلام آباد)

جواب: رات سونے سے قبل ایک سو ایک بار سورۂ الم السجدہ کی آیت 34-35۔ اول' آخر گیارہ' گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کرکے دم کریں اور ان کے طرز عمل میں اصلاح اور مزاج میں اعتدال کیلئے دعا کریں۔ عمل کم از کم تین ماہ تک جاری رکھیں۔

### احساس گناہ کی شدت

میری شادی ہوئے پانچ سال ہوگئے ہیں' الحمدللہ مجھے بہت نیک سیرت اور صورت اللہ نے بیوی دی ہے اور نہایت ہی خوبصورت دو بیٹے بھی عطا فرمائے ہیں۔ مگر پچھلے دنوں مجھ سے ایک ایسا گناہ سرزد ہوگیا ہے کہ جو مجھے دن رات کھائے جارہا ہے۔ مجھے اپنے آپ سے گھن ہوگئی ہے۔ اپنی بیوی کے سامنے جاتا ہوں تو شرم سے پانی پانی ہوجاتا ہوں۔ ہر روز اللہ سے رو رو کر توبہ کرتا ہوں۔ براہ مہربانی مجھے کوئی ایسا وظیفہ عطا فرمادیں کہ میرے دل کو سکون مل جائے۔ میرا نام شائع نہ کیا جائے۔ (پوشیدہ)

جواب: سیدنا حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کے ارشادات سے معلوم ہوتا ہے کہ سچی توبہ پچھلے گناہوں کو دھو دیتی ہے۔ انسان فطرتاً کمزور واقع ہوا ہے لیکن جب وہ اپنی خطا کا اعتراف کررہا ہے اور اللہ تعالیٰ سے استغفار و توبہ کررہا ہے تو وہ احساس گناہ سے خواہ مخواہ اپنے آپ کو مبتلائے عذاب کیوں رکھے بلکہ اس پر واجب ہے کہ اللہ تعالیٰ کے حضور معافی اور مغفرت کا امیدوار رہے۔ رسول اکرم ﷺ کا ارشاد اقدس ہے: ''اس ذات کی قسم جس کے قبضہ میں میری جان ہے اگر تم گناہ نہ کرتے تو اللہ تعالیٰ تمہیں ختم کرکے ایسی قوم لاتا جو گناہ کرکے اللہ تعالیٰ سے استغفار کرتی پھر اللہ تعالیٰ ان کی مغفرت فرماتا۔'' (صحیح مسلم) ایک اور جگہ ارشاد فرمایا: ''ہر انسان خطا کار ہے اور خطا کاروں میں سب سے بہتر توبہ کرنے والے ہیں'' (مسند احمد)

قرآن پاک میں اللہ رب العزت کا ارشاد ہے: ''اللہ تعالیٰ توبہ کرنے والوں سے محبت کرتا ہے'' (توبہ 22)

چالیس روز تک ہر نماز کے بعد 100 مرتبہ اسم الٰہی یَامُؤْمِنُ کا ورد کرلیں۔ ان شاء اللہ آپ کے دل کا بوجھ ہلکا ہوجائے گا۔

### نسوار سے چھٹکارا

تقریباً دو سال سے نسوار کھانے کی لت لگ گئی ہے' میں اس بری عادت سے جان چھڑانا چاہتا ہوں۔ (محمد اسحاق' ملتان)

جواب: ایک پاؤ سونف لے لیں' آدھ پاؤ سونف کو بھون کر بقیہ آدھ پاؤ میں ملا کر رکھ لیں' جب نسوار کی خواہش ہو یہ سونف کھالیا کریں۔ اپنی والدہ سے کہیں کہ جب آپ گہری نیند سوجائیں تو وہ آپ کے سرہانے کھڑے ہوکر سورۂ مائدہ کی آیت 90 ایک مرتبہ اتنی آواز سے پڑھیں کہ آپ کی نیند خراب نہ ہو۔ اس عمل کا دورانیہ 90 روز ہے۔

### عجب نفسانفسی

ہمارے گھر میں عجیب نفسانفسی کا عالم ہے۔ پیار محبت اگر ہے تو محض اپنے مطلب کیلئے' بہن بھائی بہت بدتمیز اور نافرمان ہیں اس ماحول کی تشکیل میں ہمارے بڑوں کی غلطیوں کا بہت دخل ہے۔ مثلاً بڑے بھائی نے کیبل لگوائی ہوئی ہے' انٹرنیٹ کا کنکشن بھی ہے' ہر کسی کے پاس وائی فائی موبائل ہے' ہر کوئی اپنے کمرے میں بیٹھ کر لیپ ٹاپ یوز کررہا ہے اتنی بڑی فیملی میں صرف میں ہی ہوں جو ہر غلط بات کی بہت زیادہ مخالفت کرتا ہوں' کوئی ایسا وظیفہ بتائیں جس سے گھر میں اسلامی تعلیمات کا بول بالا ہو اور گھر کے تمام افراد اس دنیا کو عارضی و فانی سمجھنے لگیں۔ (محمد شہباز' لاہور)

جواب: اپنے بڑوں کی غلطیاں نکالنے اور دوسروں کی مخالفت کرتے رہنے سے گھر میں اسلامی تعلیمات کا بول بالا نہیں ہوسکتا۔ حضور پاک ﷺ کی حیات طیبہ عمل سے عبارت ہے۔ رسول اللہ ﷺ نے امت مسلمہ کیلئے جو پروگرام پیش کیا اس پر خود عمل کرکے دکھایا۔ اللہ تعالیٰ کے نزدیک پسندیدہ وہ ہے جو اس کی مخلوق کے کام آتا ہے۔ آپ یہ نہ دیکھیں کون کس طرز فکر کا حامل ہے آپ ہر ایک کے ساتھ اچھے اخلاق کا مظاہرہ کریں۔ حضور نبی کریم ﷺ کا فرمان ہے ''مسکراہٹ بھی صدقہ ہے'' روحانی مدد کیلئے ہر نماز کے بعد یَاوَلِیُّ کی ایک تسبیح پڑھ لیا کریں۔



(بقیہ: آیت الکرسی اور بدنام زمانہ چور کی توبہ)

اللہ اس شخص کی حفاظت کرتا ہے جو شخص دو مرتبہ آیت الکرسی پڑھتا ہے اللہ اس شخص کی اس شخص کے مال و اولاد کی حفاظت کرتا ہے اور جو شخص تین مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ کر سوتا ہے اللہ پاک اس شخص کی مال و اولاد کی بلکہ پورے محلے پورے شہر و گاؤں کی حفاظت کرتا ہے (سوائے موت کے)۔ محترم قارئین! لہٰذا آپ سب سے گزارش ہے کہ آیۃ الکرسی کے ساتھ ساتھ معوذتین سورۂ فلق اور سورۂ ناس یہ دونوں سورتیں پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے اپنے پورے جسم پر پھیر کر سویا کریں یہ ہمارے پیارے نبی حضور نبی کریم ﷺ کی پیاری پیاری سنت ہے۔ محترم قارئین! محمد رمضان نے واقعی اللہ تعالیٰ کے فرمان کے مطابق توبہ کی۔ محمد رمضان نے توبہ کے بعد سنت کے مطابق داڑھی رکھ لی پانچ وقت نماز باجماعت کی پابندی اس کے ساتھ تہجد و نوافل' ذکر و اذکار میں دن رات گزارنے لگا' محمد رمضان کو اللہ نے موت بھی رمضان المبارک میں دی وہ اکیس رمضان المبارک کو سحری کھانے کے بعد دل میں ہلکا سا درد محسوس ہوا فجر کی نماز کیلئے وضو کیا وضو کرنے کے بعد درد میں مزید اضافہ ہوا بستر پر لیٹ گیا اور کلمہ طیبہ کا ورد کرتے کرتے جان خالق حقیقی کے سپرد کردی۔ دعا ہے کہ اللہ پاک محمد رمضان کو جنت الفردوس میں جگہ دے اور ہم سب کو گناہوں سے بچنے اور توبہ کرنے کی توفیق نصیب فرمائے۔ آمین ثم آمین۔

سردی اور سینے کی جلن سے فوری افاقہ: سخت سردیوں میں سینے کی جلن کی صورت میں گرم گرم دودھ میں دیسی انڈا پھینٹ کر چسکی چسکی پینے سے فوری افاقہ ہوتا ہے۔

فاران ارشد بھٹی خانگڑہ

# سینے کے راز بتائیں اپنے لیے صدقہ جاریہ بنائیں

میرے والد صاحب نے اور ملک صاحب نے حکیم سادر سے نسخہ لینے کے سو جتن کیے انہیں رقم کی آفر بھی کی۔ حکیم صاحب کی عمر چونکہ اسی سے اوپر تھی' خطرہ تھا کہ یہ نسخہ لے کر قبر میں نہ چلے جائیں لیکن انہوں نے نہ ماننا تھا نہ مانے۔۔۔

یہ واقعہ ہمارے ایک رشتہ دار نے سنایا ہے اور واقعہ کیا ہے ایک المیہ ہے' ایک بے وقوف آدمی ایک انمول نسخہ قبر میں لے گیا افسوس صد افسوس! انہوں نے بتایا کہ میں چھوٹا سا تھا' ہمارے گھر کے ساتھ ایک ملک صاحب رہتے تھے ایک دن ہم گھر سے باہر گلی میں کھڑے تھے کہ دور سے ایک ٹھگنا سا غلیظ کپڑوں میں ملبوس آدمی آتا ہوا دکھائی دیا' جیسے ہی در نزدیک آیا ملک صاحب پرتپاک انداز سے انہیں ملے' سب حیرانی سے دیکھنے لگے کہاں۔۔۔!!! ملک صاحب جیسا خوش پوشاک معزز بندہ کہاں۔۔۔ وہ فقیروں سے بدتر آدمی اتنی دیر میں ملک صاحب آیئے آیئے حکیم صاحب کہتے ہوئے انہیں اپنی بیٹھک میں لے گئے' ہم حیرت زدہ رہ گئے یہ کیا میلا کچیلا حکیم تھا۔ تھوڑی دیر کے بعد وہ نام نہاد حکیم چلے گئے ہم یہ راز لینے کیلئے ملک صاحب کے پاس پہنچ گئے۔ ملک صاحب نے کہا اس شخص کا نام محمد صادق ہے لیکن اب گردش وقت کے ہاتھوں بگڑتا بگڑتا سادر بن چکا ہے' اس کو حکیم سادر کہتے ہیں لیکن یہ کیسا حکیم ہے؟ بھئی بات یہ ہے کہ ان کے پاس بواسیر کے علاج کا ایک انمول نسخہ ہے۔ میری بیگم کو بواسیر کی تکلیف ہے یہ اس کا علاج کر رہا ہے' ہمیں یقین نہ آتا تھا کہ ایسا مخبوط الحواس بندہ ہو اور اس کے پاس ایسا کوئی نسخہ ہو لیکن ملک صاحب نے یقین دلایا واقعی نہ جانے کہاں سے اس کے ہاتھ یہ نسخہ آیا ہے اس کے علاج سے میری بیگم کو کافی افاقہ ہے۔

یہ بندہ انتہائی کنجوس' لالچی ہے' یہ علاج کیلئے سو روپے لیتا ہے' یہ آج سے تقریباً اسی سال پہلے کی بات ہے' جب کلرک کی تنخواہ صرف 40 روپے تھی' اس دور میں انتہائی مہنگا علاج تھا۔

ایک مہینہ بیگم صاحبہ کا علاج ہوتا رہا' کھانے کی دوائیاں وغیرہ تھیں' آخری دن حکیم سادر نے مالش کرنے کیلئے ایک تیل جیسی دوائی دی اور کہا کہ علیحدہ کمرہ میں بیگم صاحبہ کے پورے جسم پر مالش کی جائے اور پھر ایک بڑے سے ٹب میں پانی گرم کریں ایک پڑیا سفوف کی دی اور کہا یہ گرم پانی میں ڈال کر بیگم صاحبہ اس پانی میں بیٹھ جائیں۔

ملک صاحب کی بیگم چونکہ اکیلی تھیں تو ملک صاحب نے میری والدہ کو بلوا بھیجا کہ باجی آپ میری بیگم کو مالش کریں۔ والدہ صاحبہ پہنچیں انہوں نے ملک صاحب کی بیگم کی مالش کی اور پھر مٹکے کے دونوں طرف چولہے کی طرح اینٹیں رکھ کر بیگم صاحبہ کو بٹھا دیا۔ کچھ تیل کا اثر کچھ بھاپ کا اثر بیگم صاحبہ پسینے پسینے ہو رہی تھیں۔

تھوڑی دیر بھاپ لینے کے بعد ایسے محسوس ہوا جیسے بیگم صاحبہ کے جسم سے کچھ نکل نکل کر مٹکے میں گر رہا ہے۔

حکیم سادر صاحب بیٹھک میں تشریف فرما تھے' مریض کی حالت کا پوچھتے رہے جب ایک گھنٹہ گزر گیا' پانی ٹھنڈا ہو گیا بیگم کا پسینہ بھی خشک ہو گیا تو حکیم صاحب نے کہا بس اب علاج مکمل ہو گیا۔

بیگم صاحبہ کپڑے پہن لیں اور ملک صاحب آپ مٹکے کو اٹھا کر باہر لے آئیں۔ جیسے ہی مٹکا باہر لایا گیا حکیم صاحب نے مٹکے کے پانی کو گرانے کا حکم دیا جوں ہی پانی گرایا گیا تو پانی کے اندر تڈیوں جیسے لال رنگ کے کیڑے مرے ہوئے نکلے۔ انہوں نے کہا یہی بواسیر کے کیڑے ہوتے ہیں جو اندر سے جسم کو کاٹتے ہیں اور مریض کو تکلیف ہوتی ہے اب ان شاء اللہ بیگم صاحبہ مکمل صحت یاب ہیں اب انہیں کبھی یہ تکلیف نہیں ہوگی۔

میرے والد صاحب نے اور ملک صاحب نے حکیم سادر سے نسخہ لینے کے سو جتن کیے' انہیں رقم کی آفر بھی کی۔ حکیم صاحب کی عمر چونکہ اسی سے اوپر تھی' خطرہ تھا کہ یہ نسخہ لے کر قبر میں نہ چلے جائیں لیکن انہوں نے نہ ماننا تھا نہ مانے۔۔۔ پھر افسوس کی بات یہ ہے کہ وہ علاج کی رقم کو خرچ بھی نہیں کرتے تھے' فقیروں کے حال میں رہتے' اس وقت بینک وغیرہ نہیں ہوتے تھے' سنا یہی تھا پیسہ خرچ نہیں کرتے جن کے پاس رکھواتے' وہی ہضم کر جاتا کیونکہ اپنا گھر وغیرہ تو ان کا تھا ہی نہیں کافی عرصہ پہلے بیوی مر گئی تھی' اولاد تھی نہیں' ایک ڈاکٹر صاحب کو یہ واقعہ سنایا تو وہ کہنے لگے واقعی بڑے سے بڑے آپریشن سے بھی یہ بواسیر کے کیڑے مکمل طور پر ختم نہیں ہوتے' مریض کو آپریشن پر آپریشن کروانے پڑتے ہیں۔

کاش!!! حکیم سادہ یہ انمول نسخہ کسی کو بتا جاتے تو کتنوں کا بھلا ہوتا' منہ مانگی قیمت لے لیتے لیکن واقعی بعض بے فیض آدمی ہوتے ہیں مجھے تو آج تک یہ سوچ کر حیرت ہوتی ہے کہ ایسا لاجواب طریقہ علاج ان کے ہاتھ کہاں سے لگا ہوگا کیونکہ ان کی احمقانہ شخصیت کو دیکھ کر انسان ششدر و پیچ میں پڑ جاتا ہے کہ خدایا تیری قدرت۔۔۔

اب تو حکیم سادہ کو جاننے والے اکثر لوگ اس دور فانی سے کوچ کر گئے لیکن جواب بھی زندہ ہیں اس انمول نسخے کے گم ہونے پر آج تک پر افسردہ ہیں۔

حکیم سادہ نے فقیروں جیسی زندگی گزاری اس زمانے کے حساب سے بے پناہ دولت کمائی لیکن بدقسمت شخص دنیا میں بھی عیش نہ کر سکا۔ نسخہ عام کر کے شاید اگلا جہان ہی سنوار لیتا۔ افسوس صد افسوس۔۔۔!

قارئین! اگر کسی کے پاس آج بھی یہ نسخہ ہو تو وہ ضرور ماہنامہ عبقری کو بھیج کر لاکھوں لوگوں کی دعائیں لیں۔

## نزلہ زکام کیلئے مجرب

**ھوالشافی:** گل بنفشہ تین گرام' اسطخودوس پانچ گرام' ملٹھی پانچ گرام' سونف پانچ گرام' انجیر تین عدد' منقی دس دانے۔ ترکیب: ملٹھی اور سونف کو کوٹیں' انجیر اور منقی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لیں' پھر تمام کو ایک پاؤ پانی میں جوش دیں اور چھان کر دو تولہ چینی ملا کر صبح نہار منہ پئیں۔ باقی ماندہ کو دوبارہ رات کو دو پاؤ پانی میں پکائیں اور چھان کر دو تولہ چینی ملا کر سوتے وقت دس گرام اطریفل اسطخودوس کے ہمراہ پئیں۔ عصر کے وقت انجیر تین عدد' مغز بادام تین عدد دس دانے اچھی طرح باریک کر کے گرم دودھ کے ہمراہ کھائیں' کم از کم ایک ہفتہ استعمال کریں' ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ (محمد سعید' بہاولپور)

## سوزاک کا کامیاب نسخہ

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس نہایت نامراد بیماری سوزاک کا ایک کامیاب نسخہ ہے جو میں قارئین عبقری کی نذر کرتا ہوں: ھوالشافی: شورہ قلمی ایک ماشہ' خردل (رائی) ایک ماشہ' جوکھار ایک ماشہ' زیرہ سفید ایک ماشہ' سرد چینی ایک ماشہ' ریوند چینی ایک ماشہ' الائچی کلاں ایک ماشہ ان سب اشیاء کے ہموزن شکر لے کر آپس میں ملا لیں۔ ترکیب استعمال: دو ماشہ خوراک صبح و شام ٹھنڈی لسی کے ہمراہ لیں۔ (جزاء اللہ خان' کراچی)

# کمپیوٹر حلوے کے گیارہ فائدے

یہ ساری باتیں اپنی جگہ ٹھیک لیکن حلوہ کھانے کیلئے صبح جلدی اٹھنا پڑے گا بچوں اور حتیٰ کہ بڑوں سے بھی بچا کر رکھنا پڑے گا کیونکہ حفاظت ہی سب کچھ ہے اگر حفاظت نہ کی گئی تو تمام حلوہ ایک دن میں چٹ ہو جائے گا۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپا تا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قارئین! مئی 2013ء میں کمپیوٹر حلوے کا مضمون آیا' اس مضمون کے چھپنے کے بعد مسلسل قارئین کے چشم کشا اور انوکھے تجربات موصول ہوئے' واقعی عبقری کی تحریروں کو لوگ پڑھتے ہیں اور عبقری کی تحریروں اور خاص طور پر ایڈیٹر کی تحریروں پر لوگ اعتماد کرتے ہیں' یہ اس اعتماد کی دلیل ہے کہ لوگ اپنے تجربات و مشاہدات ہمیں لکھتے ہیں ہمارے کرم فرما جمیل چوہدری صاحب اور دیگر لوگوں نے اپنے جو تجربات کمپیوٹر حلوے کے متعلق لکھے ہیں ان تجربات کو اکٹھا کر کے قارئین کو لوٹا رہا ہوں:۔

**1۔لذت:** کیا کہنے اتنا مزیدار حلوہ کبھی نہیں کھایا۔ میں اور میرا جب بھی موقع ملے گھر میں چوری چوری کھا جاتے ہیں۔ واقعی لذیذ مزیدار جہاں فائدے کے اعتبار سے بہترین وہاں لذت میں اس کا کہنا ہی کیا۔ **2۔قوت و طاقت:** جسم اور پٹھوں میں اتنی قوت و طاقت ملتی ہے کہ انسان اپنے آپ کو ہر پل توانا' تندرست' صحت مند اور طاقتور محسوس کرتا ہے۔

**3۔یادداشت اور بہترین آئی کیو لیول:** اس کمپیوٹر حلوہ کو کھانے سے یادداشت بہت اچھی ہو جاتی ہے' بھولی ہوئی چیزیں واپس آنا شروع ہو جاتی ہیں' دماغ تر و تازہ و تندرست' دماغی بوجھ ختم اور طبیعت میں ایک انوکھا سکون اور چین نصیب ہوتا ہے۔ **4۔بچوں کی صحت:** جن بچوں کے امتحان کی تیاری میں بہت کم وقت ہو جب ان بچوں کو کمپیوٹر حلوہ استعمال کرایا گیا تو وہ بچے تھوڑا پڑھ کر زیادہ نمبر حاصل کرتے ہیں اور ان بچوں کی صحت اور تندرستی بہت لاجواب اور یادداشت اچھی ہو جاتی ہے۔ **5۔نظر کی کمزوری دور:** جن بچوں کی نظر کمزور تھی انہیں کمپیوٹر حلوہ استعمال کرایا گیا بلکہ بعض بچے تو ایسے تھے وہ کمپیوٹر حلوے کے استعمال سے اپنی نظر کو صحت مند اور کامیاب بنانے میں کامیاب ہو گئے اور کتنے بچے' بوڑھے اور جوان ایسے کہ جن کی عینک اتر گئی اور ہمیشہ کیلئے اتر گئی اور وہ خود حیران ہیں۔ یہ سب کرشمہ اور کمال کمپیوٹر حلوہ کا ہے۔ **6۔سردیوں کے اثرات ختم:** اگر اس حلوے کو موسم سرما میں استعمال کیا جائے تو سردی کے اثرات بہت کم ہو جاتے ہیں' وہ لوگ جو کمبل پر کمبل' جرسیوں پر جرسیاں' ہاتھ ٹھنڈے' پاؤں ٹھنڈے' ناک ٹھنڈا' سر ٹھنڈا جن کے سر سے ہر وقت ٹوپی نہیں اترتی اور جو گرمیوں میں بھی گرم پانی سے نہاتے ہیں ان سب کو بھی اس حلوے نے لاجواب فائدہ دیا۔ **7۔پرانا نزلہ زکام و کھانسی ختم:** پرانا نزلہ' دائمی زکام' سر دکھنا' دماغی کمزوری' پٹھوں اور اعصاب کی کمزوری یا ایسے لوگ جو ہر وقت زکام اور دائمی تکلیف میں مبتلا رہتے ہیں وہ بہت زیادہ صحت مند اور تندرست زندگی اس کمپیوٹر حلوے کے استعمال کی وجہ سے گزار رہے ہیں۔

**8۔پرانی دردوں سے نجات:** ایسے لوگ جو پرانی کمر درد' ٹانگوں کا درد' شائیکا یا لنگڑی کے درد میں مبتلا تھے یا ڈسک اور مہروں کی تکلیف انہیں دیمک کی طرح چاٹ رہی تھی' کبھی کولہے میں درد' کبھی ٹانگ میں' کبھی ایڑی میں تو کبھی کمر میں' جسم میں کھچاؤ تو کبھی پٹھوں میں ۔۔۔ یہ تمام تکلیفیں کمپیوٹر حلوے کے استعمال سے ایسے گئیں کہ پتہ ہی نہ چلا۔

**9۔طبیعت ہلکی پھلکی:** مجموعی طور پر طبیعت بہت ہلکی پھلکی ہو جاتی ہے' کولیسٹرول لیول اور جسم کے تمام نظام بالکل بحال رہتے ہیں جسم پھرتیلا' چست اور صحت مند رہتا ہے' طبیعت بہت زیادہ کھچاؤ و تناؤ میں اگر مبتلا ہو تو اس کے استعمال کرنے سے طبیعت ہلکی پھلکی پھول کی طرح ہو جاتی ہے۔ **10۔بھوک کی کمی کے شکار متوجہ ہوں!** جن کو بھوک نہ لگتی ہو یا جسم میں ہر پل توڑ پھوڑ ہوتی ہو اور وہ لوگ کوئی بھی چیز نہ کھاتے ہوں اور کھاتے بھی ہوں تو طبیعت میں لگتی نہ ہو' کھایا پیا نہ لگتا ہو طبیعت ہر وقت بے مزا' اکتاہٹ' بے چینی رہتی ہو ان کیلئے یہ حلوہ بہت مفید ہے۔ **11۔بچوں کیلئے مفید:** بچوں کیلئے مفید' حافظہ تیز' چاک و چوبند' پڑھائی میں اچھے' بھوک لگے۔

یہ ساری باتیں اپنی جگہ ٹھیک لیکن حلوہ کھانے کیلئے صبح جلدی اٹھنا پڑے گا بچوں اور حتیٰ کہ بڑوں سے بھی بچا کر رکھنا پڑے گا کیونکہ حفاظت ہی سب کچھ ہے اگر حفاظت نہ کی گئی تو تمام حلوہ ایک دن میں چٹ ہو جائے گا۔

یہ آزمائی ہوئی چیزیں وہ ہیں جو صرف ایک ماہ حلوے کے استعمال کے بعد فائدے میں آئیں وہ لوگ جو کچھ عرصہ مزید استعمال کریں گے تو کیا خیال ہے انہیں اس حلوے سے کتنا فائدہ ہوگا اور کتنا سکھ' سکون' راحت اور چین ملے گا۔ آپ سوچ نہیں سکتے۔ قارئین! اس حلوے کے سلسلے میں میرے پاس دستی خط' ڈاک سے ملنے والے خط' میسج اور بالمشافہ ملاقاتوں میں اتنے فائدے ملے کہ خود میں بھی حیران ہوں کہ اتنا زیادہ اس کے فائدے آخر کہاں سے آ گئے۔۔۔؟ لیکن نہیں! حقیقت حقیقت ہوتی ہے کہ اس میں اتنے فائدے سو فیصد موجود ہیں۔ اس لیے کہ اس میں قدرتی چیزیں ہیں اور انسان جب بھی فطرت کو چھوڑ کر دور ہوگا فطرت کی رہنمائی سے محروم ہو کر قدرتی توانائی اور تندرستی سے دور ہو جائے گا۔ آیئے! فطرت کو دستک دیں' فطرت ہماری مدد کیلئے آج بھی دستیاب ہے۔ صحت مند زندگی کیلئے صحت مند راز اپنایئے۔ عقلمند رازوں کیلئے فطری چیزوں کو آزمائیں۔

کمپیوٹر حلوے کا نسخہ درج ذیل ہے:۔

**هوالشافی:** نمبر 1۔ دیسی مرغی کے انڈے (یاد رہے کہ عموماً دکانوں سے لیے ہوئے دیسی مرغی کے انڈے دیسی نہیں ہوتے اپنی نگرانی میں دیہاتی مرغی کے دیسی انڈے لیے جائیں) 24 عدد' 2۔ کالے چنے بھنے ہوئے 250 گرام' 3۔ الائچی چھوٹی سبز 10 گرام' 4۔ میٹھے باداموں کی گریاں 250 گرام' 5۔ پستہ 100 گرام' 6۔ چاروں مغز 100 گرام' 7۔ چینی ایک کلو اگر دیسی شکر ہو جائے تو اس سے بہتر ہے۔ 8۔ گوند کتیرا/پھلائی 250 گرام (پنساری کو یہی چیز بتائیں تو وہ یہی گوند دے گا)' 9۔ دودھ کا کھویا 500 گرام' 10۔ دیسی گھی ایک کلو۔

**بنانے کا طریقہ:** نمبر دو تا نمبر سات اشیاء کو خوب باریک پیس لیں اب ایک بڑے برتن میں انڈے توڑ کر پھینٹ لیں جب انڈے اچھی طرح پھٹ جائیں تو نمبر دو تا نمبر سات کا سفوف انڈوں میں ڈال کر اچھی طرح پھینٹیں۔ گوند پھلائی کو علیحدہ پیس لیں۔ اب کسی بڑے برتن میں گھی کو آگ پر رکھیں۔ گھی جب سرخ ہو تو گوند پھلائی کو ڈال دیں جب گوند پھلائی کا رنگ سرخ ہو تو انڈوں والا مکسچر ڈال کر چمچ سے ہلاتے رہیں جب گھی علیحدہ ہونا شروع ہو جائے اور ہر چیز ریزہ ریزہ ہو کر علیحدہ نظر آنے لگے تو دودھ کا کھویا ٹکڑے ٹکڑے کر کے ڈال دیں اور اس کھوئے کو حلوے میں حل کریں حتیٰ کہ اتنا حل کریں کہ کھوئے کی سفیدی ختم ہو جائے اور اس کے اندر کی نمی گھی میں جذب ہو کر کھویا بھی حلوے کی شکل اختیار کر لے تب اتار لیں' حلوہ تیار ہے۔ ٹھنڈا کر کے صرف اور صرف شیشے کے مرتبانوں میں چاہے بڑے ہوں یا چھوٹے ڈال کر محفوظ رکھیں صرف ناشتے کے وقت ایک چمچ ٹی اسپون یعنی چاول والا گرم قہوہ یا دودھ چائے سے کھالیں۔

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

# نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

مکمل پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ضرور بھیجیں۔ جواب میں جلدی نہ کریں

## اچھی امید نہیں

میری بات کوئی بھی توجہ سے نہیں سنتا' آخر میرے بھی مسائل ہیں۔ ایک کے بعد دوسری ناکامی ہو رہی ہے۔ میٹرک میں تو پاس ہو گیا تھا مگر انٹر سائنس نہ کر سکا۔ مسلسل چار سال ہو گئے ہیں نمبر کم آنے ہوئے۔ اس مرتبہ بھی اچھی امید نہیں۔ والد کہتے ہیں کہ پیسے کی فکر نہ کرو جتنا کہو گے خرچ کروں گا مگر تمہیں انجینئر بننا ہے۔ کچھ سمجھ میں نہیں آتا نہ کوئی مجھ سے ہمدردی رکھتا ہے۔ اعتماد سے محروم ہوتا جا رہا ہوں۔ (عرفان احمد' فیصل آباد)

مشورہ: اگر آپ ہر ایک کو ہر وقت اپنے مسائل بتاتے رہیں گے تو ایک وقت ایسا ضرور آئے گا کہ کوئی بھی آپ کی بات توجہ سے نہ سنے اور واقعی آپ کے ساتھ ایسا ہو بھی رہا ہے۔ دوسروں کو اپنے مسائل بتانا' مسائل کا حل نہیں بلکہ اس طرح تو آپ اپنی شخصیت کے کمزور ہونے کی نشاندہی کر رہے ہیں۔ مسائل بیان کریں لیکن کسی ایک ایسے فرد کے سامنے جو صحیح حل بتا سکتا ہو جس پر اعتبار ہو اور جو سنجیدگی سے آپ کو وقت دے سکتا ہو۔ والدین کو بھی چاہیے کہ وہ بچوں کے مسائل سے دلچسپی رکھیں اور انہیں اپنی مرضی سے مضامین کے انتخاب کی آزادی دیں اس طرح وہ زیادہ کامیاب ہو سکتے ہیں۔ بجائے اس کے کہ ان سے کسی خاص فیلڈ میں مہارت حاصل کرنے پر دباؤ ڈالا جائے' آپ غور کریں کہ کیا کام بہتر کر سکتے ہیں اور پھر پیشہ ورانہ تعلیم حاصل کریں۔ جو لوگ محنت کرتے ہیں اور یہ جان لیتے ہیں کہ وہ کیا بہتر کر سکتے ہیں تو ان میں چھپی صلاحیتیں بیدار ہو جاتی ہیں اور پھر وہ یکے بعد دیگرے کامیابی حاصل کرنے چلے جاتے ہیں اور اعتماد بھی بحال ہو جاتا ہے۔

## بھائی کی سزا بہن کو۔۔۔؟؟؟

میں نے کسی کی معرفت سے اپنے بیٹے کا رشتہ غیروں میں طے کیا' لڑکی ماشاء اللہ پیاری اور بااخلاق ہے' والدین بھی نیک، تھے' ان کا گھرانہ ہمیں بظاہر اچھا لگا اس لیے مطمئن ہو کر رشتہ طے کر دیا' کچھ دنوں بعد ہمیں اطلاعات ملیں کہ لڑکی کا بھائی غلط لڑکوں میں اٹھتا بیٹھتا ہے۔ ہم نے مکمل چھان بین کے بعد یہ بات ان کے گوش گزار کی۔ لڑکی اور اس کی والدہ ہم لوگوں کے سامنے رو پڑے اور انہوں نے کہا کہ ان کا سارا گھرانہ بہت شریف ہے مگر اس لڑکے کی دوستی محلہ کے بعض خراب لڑکوں سے ہو گئی تھی۔ انہوں نے کہا کہ وہ پوری کوشش کریں گے کہ وہ ان لڑکوں سے قطع تعلق کر لے' ہم مطمئن ہو گئے مگر اب ایک ہولناک خبر یہ آئی ہے کہ لڑکی کا بھائی ڈکیتی کے الزام میں پکڑا گیا ہے۔ اس لڑکے کا کہنا ہے کہ وہ بے قصور ہے۔ ڈکیتی میں شامل نہیں تھا۔ اب ہم یہ سوچ رہے ہیں کہ ہم کیا کریں؟ ہمیں لڑکی اور اس کے والدین کی شرافت کا پورا یقین ہے لیکن لڑکی کے بھائی کی اس حرکت کی وجہ سے اس رشتہ کو قائم رکھنے کیلئے ہم مشکل کا شکار ہیں۔ میرے دونوں بیٹوں کے سسرال والے بھی نہایت اعلیٰ تعلیم یافتہ مہذب اور شریف لوگ ہیں۔ انہیں ابھی اس صورتحال کا علم نہیں ہے۔ اگر ہم نے رشتہ برقرار رکھا اور خدانخواستہ لڑکی کے بھائی کو سزا ہو گئی تو۔۔۔؟؟؟ اگر یہ رشتہ ختم کر دیا جائے تو بے قصور لڑکی اور اس کے شریف والدین پر کیا گزرے گی' براہ کرم مشورہ دیں کہ ہم کیا کریں؟ (ش،ا)

مشورہ: ہماری نظر میں یہ معاملہ لڑکی والوں سے زیادہ خود آپ لوگوں کے تحمل اور وسیع القلبی اور فراست کی آزمائش ہے۔ اس لڑکے کے بگڑنے میں لڑکی اور اس کے والدین کا کوئی ہاتھ نہیں ہے' اس لیے بھائی کی غلط حرکتوں کی سزا بہن کو نہیں ملنی چاہیے۔ رسول اکرم ﷺ نے خطبہ حجۃ الوداع میں ارشاد فرمایا تھا کہ بیٹا باپ کے گناہ سے بری الذمہ ہے اور باپ بیٹے کے گناہ سے۔۔۔ بے شک لڑکے کی بے راہ روی میں اس کے والدین اور بہن کو قصوروار نہیں ٹھہرایا جا سکتا آپ کا ضمیر بھی یہی فیصلہ دے رہا ہے۔ جہاں تک شادی کرنے با۔۔۔ کر۔۔۔ تعلق ہے' شادی کے بعد خانگی زندگی کا محور شوہر اور بیوی ہوتے ہیں۔ لڑکی کے بھائی کی اچھائی برائی اپنی جگہ لیکن جب وہ لڑکی آپ کے گھر بہو بن کر آ جائے گی تو آپ کا اور بیٹے کا معاملہ بہو کے والدین اور بہن بھائی سے نہیں بلکہ صرف بہو سے ہو گا اس لیے آپ کے بیان کردہ خاکے کے مطابق امید یہی کی جا سکتی ہے کہ وہ لڑکی مشرقی بہو کی طرح اپنے شوہر کے ساتھ اچھی زندگی گزارے گی۔

## سب سے بڑی دولت

میں ایک تجارت پیشہ آدمی ہوں' میرے چار بچے ہیں' عمر 55 سال ہے' پتہ نہیں کیوں مجھے اب اپنی ازدواجی زندگی میں کچھ کمی کا احساس ہو رہا ہے۔ میرے ملنے والوں میں ایک 35 سالہ بہت اچھی خاتون ہیں جنہوں نے اب تک شادی نہیں کی۔ ان کے خاندان کا رکھ رکھاؤ اور سلیقہ طریقہ مجھے بہت پسند ہے۔ کہ وہ بڑی خاتون ہیں' گھر' گاڑی اور اچھا کاروبار ہے' میں نے محسوس کیا ہے کہ وہ مجھ سے بے حد قریب ہیں' وہ مجھ سے شادی کرنا چاہ رہی ہیں' ان کی کوئی فرمائش بھی نہیں' مہر' گھر' روپیہ پیسہ کچھ بھی نہیں۔ میری بیوی خوبصورت' سمارٹ' پڑھی لکھی خاتون ہے اور مجھ سے پیار بھی بہت کرتی ہے لیکن نجانے کیوں اتنے عرصہ کی رفاقت کے بعد بھی وہ مجھے اچھی نہیں لگتی۔ مجھے بتائیے کہ میں کیا کروں؟ (محمد عظیم' لاہور)

مشورہ: حقیقت یہ ہے کہ دوسری شادی کے بعد آپ کا سکون تباہ ہو جائے گا' میرا مشورہ ہے کہ تھوڑی سی ہمت کر کے اپنی بیگم سے اس مسئلے پر گفتگو کریں اور ان کا ردعمل دیکھیں۔ آپ کاروباری آدمی ہیں' لہٰذا دوسری شادی سے اس لیے بھی خوش ہو رہے ہیں کہ ان کے پاس سب کچھ ہے اور وہ آپ سے مہر تک نہیں لینا چاہتیں' آپ کو سراسر نفع ہی نظر آ رہا ہے۔ لیکن خدارا! یہ سوچئے کہ آپ کے بچے کیا سوچیں گے؟ ان کا ردعمل کیا ہو گا؟ فوری مسرت کے حصول کی لگن میں شاید آپ ان کے جذبات کا صحیح اندازہ نہ لگا سکیں۔ قانوناً شرعاً آپ کو دوسری شادی کا حق حاصل ہے لیکن یہ خیال کریں کہ اتنے عرصے سے جو رفاقت چلی آ رہی ہے اس میں دراڑیں پڑنے سے جو خلا پیدا ہو گا وہ کیسے پر ہو گا؟ کار بنانے والے مشہور ادارے' فورڈ کمپنی کے مالک ہنری فورڈ کی شادی کی 85ویں سالگرہ منائی جا رہی تھی۔ ان کے ایک عزیز دوست نے پوچھا: ''آپ کی کامیاب ازدواجی زندگی کا راز کیا ہے؟'' ہنری فورڈ نے مسکراتے ہوئے جواب دیا ''ایک ہی ماڈل پر اکتفا' یہی کامیاب زندگی کا راز ہے'' انسان کی سب سے بڑی دولت سکون ہے جو آپ کو میسر ہے' اس سکون کو تباہ ہونے سے بچائیے۔

سدا جوانی کا لطف: بھنے ہوئے چنے تقریباً ڈیڑھ چھٹانک کے ساتھ بیس دانہ مغز بادام صبح نہار منہ چبا کر کھانے والا سدا جوانی کا لطف اٹھاتا ہے۔

بندہ خدا، واہ کینٹ

# جادو، نظر بد لاعلاج امراض سے شفایابی

ایسا بندہ ہر روز نماز فجر کے بعد اول و آخر درود شریف چھ مرتبہ دو سو مرتبہ درج ذیل عمل کو پڑھے اور پڑھ کر اپنے جسم پر پھونک دے اور روزانہ پینے کے پانی پر بھی دم کرے اور یہی پانی سارا دن پیے۔ انشاء اللہ بہت جلد صحت یاب ہوگا۔

انسان کی یہ فطرت ہے کہ وہ کسی کو خوش نہیں دیکھ سکتا اور حسد میں مبتلا ہو کر جادو ٹونہ کے ذریعے اس بندے کو نقصان پہنچانے کی کوشش کرتا ہے یا بعض اوقات بچوں کو نظر بد لگ جاتی ہے یا کوئی ایسی بیماری لگ جاتی ہے کہ بے پناہ خرچ کرنے کے بعد بھی اسے آرام نہیں آتا اور ایسا بندہ ہر وقت پریشان رہتا ہے۔ ان تینوں مسائل سے نجات کیلئے قرآن پاک کا یہ عمل پر تاثیر ہے۔ پابندی سے عمل کریں اور ان مصائب سے جان چھڑائیں۔

ایسا بندہ ہر روز نماز فجر کے بعد اول و آخر درود شریف چھ مرتبہ دو سو مرتبہ درج ذیل عمل کو پڑھے اور پڑھ کر اپنے جسم پر پھونک دے اور روزانہ پینے کے پانی پر بھی دم کرے اور یہی پانی سارا دن پیے۔ انشاء اللہ بہت جلد صحت یاب ہوگا۔ عمل یہ ہے: یَاحَیُّ حِیْنَ لَاحَیَّ فِیْ دَیْمُوْمَۃِ مُلْکِہٖ وَبَقَائِہٖ یَاحَیُّ۔ جادو سے حفاظت کیلئے یہ عمل بھی بہت مفید ہے۔ اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھ کر اکتالیس مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھیں اور پانی پر دم کر کے پی لیں یا مریض کو پلا دیں۔ انشاء اللہ فوری طور پر جادو کا اثر زائل ہو جائے گا۔ مجرب ہے۔ جادو سے بچاؤ کا دوسرا عمل یہ ہے کہ صبح کے وقت جب سورج قدرے بلند ہو جائے تو سورۂ عبس (پارہ 30) تین بار پڑھیں اور پڑھ کر مریض اور اس کے پانی پر دم کریں۔ مریض یہی پانی سارا دن پیتا رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ سات دن کے اندر اندر ہی جادو سے جان چھوٹ جائے گی اگر سورۂ توبہ کی آخری دو آیات پابندی سے صبح و شام تین تین مرتبہ پڑھے تو جادو واپس لوٹ جاتا ہے۔ ان دو آیات کو تین تین مرتبہ صبح و شام پابندی سے پڑھنے سے دینی اور دنیاوی فوائد بھی حاصل ہوتے ہیں۔ میں خود اس عمل کا پابند ہوں۔

## بٹوہ ہمیشہ بھرا رہے

(غلام مرتضیٰ، ڈیرہ بنوں عاقل)

بے شک اللہ کے کلام پاک میں شفا ہے' حکمت اور خزانہ پوشیدہ ہے۔ قرآن پاک کی سورۂ کہف کو جمعہ کے دن پڑھنے والے کا قرض ایسے اترے گا کہ وہ خود حیران رہ جائے گا۔ میرا آزمودہ ہے۔

## بے روزگار افراد کیلئے شاندار وظیفہ

قرآن پاک کی سورۂ مریم کو جو بھی سات مرتبہ روزانہ پڑھے گا اس کی ملازمت کا بندوبست اللہ پاک خود کریں گے۔ میں نے تین دن پڑھی ایک جگہ ملازمت کا بندوبست ہو گیا۔ سب بے روزگار لوگوں سے درخواست ہے کہ سورۂ مریم کو سات مرتبہ پڑھ کر اللہ سے دعا کریں ضرور نوکری ہوگی۔ (انشاء اللہ)

## ناراض خود صلح کیلئے چلے آئیں

ایک مرتبہ میرا دوست ناراض ہو گیا' کافی بار منانے کی کوشش کی مگر وہ مانا نہیں۔ میں نے یَاوَدُوْدُ کا ورد کرنا شروع کر دیا' خدا نے کرم کر دیا وہ خود صلح کیلئے چلے آئے۔

## شیطان سے حفاظت

میں نے دفتر ماہنامہ عبقری سے ایک کتاب ''کالی دنیا کالا جادو' وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' منگوائی اس میں پڑھا کہ رات کو چالیس مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ کر جہاں سے حصار شروع کرو جہاں تک ختم کرو وہاں جنات اور شیطان سے حفاظت ہو جاتی ہے' الحمدللہ میں کئی بار آزمایا' بلکہ کئی لوگوں کو بھی بتایا' جیسا لکھا ہے بالکل ایسا ہی پایا ہے۔

## محبت کے دروازے کھلوانے کا خاص عمل

اسی عبقری کے خاص نمبر ''کالی دنیا کالا جادو' وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' میں محبت کے بند دروازے کھلوانے کا عمل پڑھا۔ قرآن پاک کی آیت وَاَلْقَیْتُ عَلَیْکَ مَحَبَّۃً مِّنِّیْ وَلِتُصْنَعَ عَلٰی عَیْنِیْ ﴿طٰہٰ ۳۹﴾ میں نے صبح و شام ایک ایک تسبیح اس آیت کی پڑھی تو اللہ نے محبت کے دروازے میرے لیے کھول دیے اور گھر والے سب مجھ سے محبت سے پیش آنے لگے۔ میں جہاں جاتا ہوں لوگ میرے لیے اٹھ کھڑے ہوتے ہیں۔

## دوسروں کی نظروں میں محبوب

جو کوئی قرآن پاک کی آیت فَسُبْحٰنَ الَّذِیْ بِیَدِہٖ مَلَکُوْتُ کُلِّ شَیْءٍ وَّاِلَیْہِ تُرْجَعُوْنَ ﴿یٰسین ۸۳﴾ اول و آخر درود شریف کے ساتھ گیارہ مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرے گا وہ شخص لوگوں کی نظروں میں محبوب ہوگا۔

## (بقیہ: شان حیدر کرار رضی اللہ تعالیٰ عنہ)

میں نازل ہوئی ان کے پاس چار درہم تھے ایک انہوں نے شب کو (راہ خدا میں) دیا اور ایک دن کو اور ایک چھپا کر اور علانیہ طور پر۔ جب یہ آیت نازل ہوئی: ''فَقُلْ تَعَالَوْا نَدْعُ اَبْنَآءَنَا وَاَبْنَآءَکُمْ وَنِسَآءَنَا وَنِسَآءَکُمْ وَاَنْفُسَنَا وَاَنْفُسَکُمْ'' ترجمہ: ''اے نبی! کہہ دو کہ آؤ بلائیں ہم اپنے بیٹوں کو اور تم اپنے بیٹوں کو ہم اپنی عورتوں کو تم اپنی عورتوں کو ہم اپنے آپس والوں کو تم اپنے آپس والوں کو'' تو رسول اللہ ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اور فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا اور حسن و حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہما کو بلایا اور فرمایا کہ: ''یااللہ! یہ میرے اہل ہیں'' حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے تھے کہ مجھ سے نبی اکرم ﷺ نے فرمایا کہ تم سے وہی شخص محبت رکھے گا جو مومن ہوگا اور وہی شخص بغض رکھے گا جو منافق ہوگا۔ حضرت سہل بن سعد نے خبر دی کہ رسول اللہ ﷺ نے خیبر کے دن فرمایا: ''میں جھنڈا ایسے شخص کو دوں گا جس کے ہاتھ پر اللہ فتح دے گا وہ اللہ اور رسول ﷺ اس کو دوست رکھتے ہیں'' پس اس رات بھر اس کا انتظار کرتے رہے کہ دیکھیے جھنڈا کس کو ملتا ہے (صبح کو) آنحضرت ﷺ نے فرمایا کہ علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بن ابی طالب کہاں ہیں؟ لوگوں نے عرض کیا کہ یارسول اللہ ﷺ ان کی آنکھوں میں درد ہے آپ ﷺ نے فرمایا ان کو بلاؤ۔ چنانچہ وہ آئے تو آپ ﷺ نے ان کی آنکھوں میں اپنا لعاب دہن لگایا اور ان کیلئے دعا کی وہ اچھے ہو گئے گویا کہ وہ درد تھا ہی نہیں۔ پھر آپ ﷺ نے ان کو جھنڈا دیا۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے عرض کیا کہ یارسول اللہ ﷺ کیا میں ان سے لڑتا رہوں یہاں تک کہ وہ ہمارے مثل ہو جائیں؟ آپ ﷺ نے فرمایا ٹھہرو جب تم ان کے مقابل پہنچنا تو ان کو اسلام کی دعوت دینا اور انہیں خبر دینا اس حق کی جو اللہ کا ان پر ہے اللہ کی قسم! اگر اللہ تمہارے ذریعے سے ایک آدمی کو ہدایت کر دے تو تمہارے لیے سرخ اونٹوں سے بہتر ہے۔ ایک شخص حضرت سعید بن زید بن عمرو بن نفیل کے پاس آیا اور وہ بولے کہا ''میں علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے ایسی محبت رکھتا ہوں کہ ایسی کسی سے محبت نہیں رکھتا'' حضرت سعیدؓ نے کہا تم ایک ایسے شخص سے محبت رکھتے ہو جو اہل جنت میں سے ہے پھر انہوں نے ہم سے حدیث بیان کی کہ ہم لوگ رسول خدا ﷺ کے ہمراہ کوہ حرا پر تھے تو آپ ﷺ نے دس آدمیوں کا جنتی ہونا بیان کیا' ابوبکر اور عمر اور عثمان اور علی اور طلحہ اور زبیر اور عبدالرحمٰن بن عوف اور سعد بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہم اجمعین۔ حضرت سعد بن مالک اور عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہم اجمعین کا نام مشہور روایت میں نہیں ہے بلکہ بجائے ان کے سعد بن ابی وقاص اور ابوعبیدہ کا نام ہے اور سعد بن زید کا نام اس میں چھوٹ گیا ہے۔ حضرت ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے وہ فرماتے تھے کہ رسول اللہ ﷺ نے اپنے اصحاب کے درمیان میں مواخات کرائی پس علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ آئے اور انہوں نے فرمایا کہ یارسول اللہ ﷺ آپ ﷺ نے اپنے اصحاب کے درمیان مواخات کرائی مگر میری مواخات آپ ﷺ نے کسی سے نہیں کرائی' رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ تم میرے بھائی ہو دنیا و آخرت میں۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بن ابی طالب سے روایت ہے کہ رسول خدا ﷺ نے (ایک مرتبہ) حسن و حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہما کا ہاتھ مبارک پکڑا اور فرمایا کہ جو شخص مجھ سے محبت رکھتا ہو اور ان دونوں سے اور ان کے باپ اور ماں سے محبت رکھتا ہو وہ قیامت کے دن میرے ہمراہ جنت میں ہوگا۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ وہ فرماتے تھے (ایک مرتبہ) عرض کیا گیا کہ یارسول اللہ ﷺ ہم آپ کے بعد کس کو خلیفہ بنائیں؟ آنحضرت ﷺ نے فرمایا کہ: اگر ابوبکر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو خلیفہ بناؤ گے تو ان کو دنیا کی طرف سے بے رغبت اور آخرت کی طرف راغب پاؤ گے اور اگر تم عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو خلیفہ بناؤ گے تو ان کو صاحب قوت اور امین پاؤ گے وہ اللہ کے راہ میں کسی ملامت کرنے والے کی ملامت کا خوف نہ کریں گے اور اگر تم علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو خلیفہ بناؤ گے مگر میں سمجھتا ہوں کہ تم ایسا نہ کرو گے تو ان کو ہدایت کرنے والا اور ہدایت یافتہ پاؤ گے وہ تمہیں راہ راست پر چلائیں گے''۔ (بشکریہ ختم نبوت)

بچوں کا صفحہ

# شیر کی مدد نے کسان کو بادشاہ بنا دیا

محمد شعیب' لاہور

کسان نے شیر کو انسان کی زبان میں بات کرتے دیکھا تو اور بھی ڈر گیا۔ شیر نے کہا: "اے بھائی! مجھ سے نہ ڈرو۔ میں نے اللہ سے دعا مانگی ہے کہ مجھے بات کرنے کیلئے کچھ دیر کیلئے زبان دے دے۔" کسان کے اندر ہمت پیدا ہوئی۔

پرانے زمانے میں شہر سے کوسوں دور ایک گاؤں میں سیلاب آ گیا۔ سیلاب سب کچھ بہا کر لے گیا۔ اسی گاؤں میں ایک کسان اور سنار رہتے تھے۔ دونوں کی آپس میں گہری دوستی تھی۔ کسان اور سنار نے فیصلہ کیا کہ گاؤں میں ہمارا کچھ بچا تو ہے نہیں چلو شہر چلتے ہیں اور وہاں جا کر کچھ مزدوری کرتے ہیں۔ راستے میں گھنا جنگل تھا اور شہر کی مسافت پندرہ دن سے زیادہ تھی اور ان کے پاس کوئی سواری بھی نہ تھی۔ آخر دونوں نے ضرورت کا کچھ سامان ساتھ لیا اور شہر کی طرف چل پڑے۔ چلتے چلتے آخر کھانے پینے کا سامان بھی ختم ہو گیا۔ سنار کو بخار نے آ گھیرا اور وہ بے چارہ چلنے سے بھی معذور ہو گیا۔ آخر کسان نے اسے درختوں کی آڑ میں محفوظ جگہ پر لٹا دیا اور خود کھانا پینا، جنگلی پھل وغیرہ تلاش کرنے چل دیا۔ کچھ دور چلا تھا کہ راستے میں اسے ایک شیر ملا، جو درد کی تکلیف سے بے حال ہوئے جا رہا تھا۔ شیر کو دیکھ کر کسان کو تھرتھری سی لگ گئی، مگر شیر پھر بھی نہ اٹھ سکا بلکہ کسان سے کہنے لگا: "اے بھائی! میں تجھے کچھ نہ کہوں گا، تو میری مدد کر دے، اللہ تیرا بھلا کرے گا۔"

کسان نے شیر کو انسان کی زبان میں بات کرتے دیکھا تو اور بھی ڈر گیا۔ شیر نے کہا: "اے بھائی! مجھ سے نہ ڈرو۔ میں نے اللہ سے دعا مانگی ہے کہ مجھے بات کرنے کیلئے کچھ دیر کیلئے زبان دے دے۔" کسان کے اندر ہمت پیدا ہوئی۔ اس نے قریب جا کر پوچھا: "اب بتا تیری کیا مدد کروں؟" "بھائی! میرے پچھلے پاؤں میں بہت بڑا کانٹا گھس گیا ہے۔ اس کی تکلیف سے مرا جاتا ہوں، تجھے خدا کا واسطہ یہ کانٹا نکال کر میری جان بچا لے ورنہ کوئی شکاری ادھر آ گیا تو میری کمزوری سے فائدہ اٹھا کر مجھے قید کر لے گا۔"

کسان نے خدشہ ظاہر کیا: "کانٹا تو نکال دوں گا مگر کیا بھروسہ کہ تو مجھے کھا نہ جائے؟" شیر نے عاجزی سے کہا: "وعدہ کرتا ہوں کہ میں تجھے ہرگز کوئی نقصان نہ پہنچاؤں گا، بھلا کوئی اپنے محسن کو بھی نقصان پہنچاتا ہے۔ ایسا تو تم انسانوں میں ہوتا ہے۔" کسان نے ہمت کی اور آگے بڑھ کر شیر کے پاؤں کے اندر تک گھسا ہوا کانٹا نکال دیا۔ زخم کو صاف کر کے اوپر رومال پھاڑ کر پٹی باندھ دی۔ شیر نے شکریہ ادا کرتے ہوئے کہا: "اے نیک انسان! تیری اس نیکی کا میں کیا بدلہ دوں گا۔ آ چل میرے ساتھ چل۔" کسان شیر کے ساتھ چل پڑا۔ کسان نے شیر سے کہا: "اے شیر بھائی! میرا ایک اور ساتھی بھی کچھ دور جنگل میں بیمار پڑا ہوا ہے اور کمزوری کی وجہ سے اس سے چلا بھی نہیں جا رہا ہے۔ پہلے مجھے کچھ کھانے کیلئے جنگلی پھل وغیرہ کا درخت بتا دے تو مہربانی ہو گی۔" شیر نے کہا: "اے نیک انسان! تیرا دوست بھی میرا دوست ہے۔ سن ابھی کچھ دنوں پہلے دو شکاری اس جنگل میں مجھے شکار کرنے آئے تھے۔ میں نے اور میری شیرنی نے موقع پا کر ان دونوں پر حملہ کر کے انہیں ہلاک کر دیا تھا۔ ان کے ساتھ کھانے پینے کا سامان تھا۔ وہ محفوظ ہے۔ آ پہلے ادھر چل اور وہ سامان تو اٹھا کر لے جا اور پھر میں تجھے ایک ایسی نایاب بوٹی کا پودا دکھاؤں گا جسے کیسا ہی بیمار ہو اس کی پتیاں پیس کر مریض کو پلا دیں۔ انشاءاللہ ایک دن میں بالکل تندرست اور توانا ہو جائے گا۔ ہم جانور بھی بیمار ہو جاتے ہیں تو اکثر یہی بوٹی تلاش کر کے کھا لیتے ہیں۔" پھر شیر نے ایک درخت کے نیچے کھانے پینے کے سامان کی طرف لے جا کر کہا: "اے نیک آدمی! یہ سامان اٹھا لے۔" کسان کھانے پینے کا سامان کپڑے میں باندھ کر کاندھے پر اٹھا کر شیر کے ساتھ چلنے لگا۔ کچھ دور جا کر شیر نے چھوٹے چھوٹے پودوں کی طرف پنجے سے اشارہ کرتے ہوئے کسان سے کہا: "یہ ہے وہ پودا جو ہر بیماری میں اللہ کے حکم سے شفا دیتا ہے۔" غریب آدمی نے جلدی جلدی کچھ پودے توڑ کر سامان میں رکھ لیے۔ شیر نے مشورہ دیا: "یہ بوٹی تم اپنے دوست کو کسی پتھر سے کچل کر پانی سے کھلا دینا، انشاءاللہ کچھ ہی دیر میں تندرست ہو جائے گا۔" کسان نے شیر کا شکریہ ادا کرتے ہوئے کہا: "اے اچھے شیر! تیرا بہت بہت شکریہ۔ اب مجھے اجازت چاہیے۔

میرا دوست میرا انتظار کر رہا ہو گا۔" شیر نے کہا: "اے بھائی! اتنی جلدی نہ کر مجھے کچھ اور بھی خدمت کرنے دے۔ کافی دنوں پہلے ایک شہزادہ اپنے کچھ ساتھیوں کے ساتھ جنگل میں شکار کیلئے آیا تھا۔ مگر چیتے اور ریچھ نے ان پر اچانک حملہ کر دیا تھا۔ کچھ جان بچا کر بھاگ نکلے، مگر شہزادہ اور اس کا ایک ساتھی مارے گئے تھے۔ شہزادے کے گلے میں موتیوں کے ہار تھے۔ یہ ہار میں لے آیا اور اپنے غار میں ایک جگہ چھپا دیے تھے۔ یہ تم لے جاؤ اور بادشاہ کو دے دینا۔" کسان شیر سے رخصت ہو کر اپنے ٹھکانے پر آ گیا۔ سنار کو اٹھا کر اسے بوٹی کچل کر پلا دی۔ کچھ دیر میں سنار کا بخار ختم ہو گیا اور وہ بھلا چنگا نظر آنے لگا۔ کسان نے اسے جب تمام حالات بتائے اور شہزادے کے قیمتی جواہر کے ہار دکھائے تو سنار کے دل میں لالچ پیدا ہو گیا اور جواہرات چرانے کی ترکیبیں سوچنے لگا۔

کھانے پینے کا ذخیرہ ختم ہو چکا تھا۔ لہٰذا دونوں پھر شہر کی طرف چل پڑے۔ سنار کے دل میں لالچ تھا۔ جیسے ہی موقع ملا وہ جواہرات چرا کر بھاگ نکلا اور گھر کی راہ لی۔ ادھر ملکہ بیٹے کے غم میں بیمار ہو کر موت اور زندگی کی کشمکش میں مبتلا تھی۔ بادشاہ کا اعلان تھا کہ جو کوئی ملکہ کا علاج کر کے اسے اچھا کرے گا، اسے آدھی سلطنت انعام دی جائے گی۔ ملکہ روز بروز موت کی طرف جا رہی تھی۔ بڑے بڑے مشہور طبیب آ رہے تھے، مگر کسی سے شفا نہیں ہو رہی تھی۔ کسان بادشاہ کے محل پہنچ گیا اور سپاہیوں سے آنے کا مقصد بیان کیا تو وہ اسے بادشاہ کے پاس لے گئے۔ بادشاہ نے اسے اوپر سے نیچے تک دیکھتے ہوئے کہا: "اے شخص! یہاں کئی ملکوں کے معالج آئے ہیں تم تو طبیب بھی نہیں لگتے، کہو پھر کیسے علاج کرو گے؟ ہم پہلے ہی شہزادے کی جدائی کے غم میں مبتلا ہیں۔" کسان نے کہا: "اللہ آپ کو اور ملکہ کو سلامت رکھے۔ بادشاہ سلامت! مایوس کیوں ہوتے ہیں۔ آپ مجھے ملکہ عالیہ کے پاس لے چلیں۔ ان شاء اللہ پہلی ہی خوراک سے ملکہ عالیہ تندرست ہونے لگیں گی۔" "اچھا یہ بات ہے تو میرے ساتھ آؤ۔" بادشاہ ملکہ کے پاس کسان کو لے کر آ گیا۔ کسان نے جیب سے بوٹی نکال کر اسے پانی میں گھول کر جیسے ہی پلایا، ملکہ کے ہاتھ پاؤں میں جنبش ہونا شروع ہو گئی اور اس نے آنکھیں کھول دیں۔ دوسرے دن وہ بات چیت کرنے کے قابل ہو گئی۔ تمام خادم، کنیزیں اور خود بادشاہ بھی یہ دیکھ کر حیران رہ گئے۔ شام تک ملکہ جسمانی طور پر بالکل ٹھیک ہو گئی۔ بادشاہ نے غریب اور نادار عوام کیلئے خزانے کے منہ کھول دیے۔ کسان کو آدھی سلطنت دینے کا بھی اعلان کر دیا گیا۔ کسان نے بادشاہ سے کہا: "عالی جاہ! شہزادہ شکار کے دوران مارا گیا تھا۔" پھر اس نے شروع سے لے کر آخر تک سارے حالات کا بادشاہ سے ذکر کرتے ہوئے سنار کی بدعہدی اور دھوکے کا ذکر کرتے ہوئے بتایا کہ سنار شہزادے کے قیمتی ہار چرا کر فرار ہو گیا ہے۔ بادشاہ کو سنار کی دھوکے بازی پر سخت غصہ آیا۔ اس نے فوراً سپاہیوں کا ایک دستہ روانہ کرتے ہوئے سنار کی فوری گرفتاری کا حکم جاری کر دیا اور گاؤں والوں کیلئے امدادی سامان اور مدد کیلئے کارندے علاقوں میں روانہ کیے۔ سنار کو اس کے گھر سے گرفتار کر کے قید کر دیا گیا اور کچھ عرصے بعد کسان کی ایمانداری کو دیکھتے ہوئے کسان کو اپنی سلطنت کا وارث قرار دے دیا۔ جب بادشاہ اپنی طبعی موت مرا تو لوگوں نے کسان کو بادشاہ بنا لیا۔

# چھ ماہ کی بچی سے جن کی دوستی

(ایک بہن)

وہ تقریباً چھ ماہ کی تھی میرا ایک کزن آیا وہ بار بار اسے تنگ کر رہا تھا تو میری بہن نے صرف چھ ماہ کی عمر میں کہا: ''اب مجھے چھیڑا تو بہت برا ہوگا۔۔۔'' اب سب بہت زیادہ سہم گئے' کیونکہ آواز بہت بھاری تھی۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! بعد سلام عرض ہے کہ اللہ رب العزت آپ کو درازی عمر عطا فرمائے اور آپ کو محتاج خلقت کیلئے وسیلہ خیر و برکت بنائے رکھے۔ آمین!

محترم حکیم صاحب! میں حال ہی میں رسالہ عبقری سے متعارف ہوئی ہوں اور میں نے اس سے بہت فائدہ پایا ہے۔ بہت سارے مسائل کا حل اس رسالے سے جان لیتی ہوں۔ محترم حکیم صاحب! میری چھوٹی بہن کے ساتھ بہت عجیب و غریب مسائل ہیں۔ میری چھوٹی بہن بچپن سے ہی بہت جذباتی ہے اب اس کی عمر دس سال ہے' چھوٹے بڑے کسی کی بھی عزت نہیں کرتی' مہمانوں کے سامنے مجھ پر چیخنے لگتی ہے' ذرا سی بات پر اشتعال میں آجاتی ہے' اگر نصیحت کر دیا جائے تو لڑنے لگ جاتی ہے یا رونے لگ جاتی ہے۔ کبھی کبھی بڑے لوگوں کی طرح ایسا پختہ جواب دے جاتی ہے کہ سب حیران رہ جاتے ہیں' کبھی کبھی ایسی ایسی عجیب باتیں کرتی ہے کہ لگتا ہے کہ کوئی تیس سال کی خاتون باتیں کر رہی ہے۔ اب میں اصل مسئلہ کی طرف آتی ہوں:۔ اس کے ساتھ پیدائش سے ہی کچھ ماورائی قوتوں کا مسئلہ ہے' وہ تقریباً چھ ماہ کی تھی میرا ایک کزن آیا وہ بار بار اسے تنگ کر رہا تھا تو میری بہن نے صرف چھ ماہ کی عمر میں کہا: ''اب مجھے چھیڑا تو بہت برا ہوگا۔۔۔'' اب سب بہت زیادہ سہم گئے' کیونکہ آواز بہت بھاری تھی۔

دوسرا واقعہ اس سے کچھ عرصے بعد جب وہ ڈھائی سال کی تھی' ہمارے گھر ہماری پڑوسن اور میری سہیلی آئی تھی' وہ بار بار اسے تنگ کر رہی تھیں اور اس کے ساتھ کھیل رہی تھیں' میری امی نے اس خیال سے کہ وہ میری بہن کو چھیڑنے سے باز آجائیں فرمایا کہ اس کے ساتھ جنات ہیں (اس وقت میری بہن صرف چند الفاظ اردو کے بول سکتی تھی اور میری امی نے یہ جملہ بھی اردو میں کہا تھا) میری بہن نے اچانک مڑ کر بڑے عجیب لہجے میں دیکھا اور کہا: ''میں جن نہیں میں بلا ہوں۔۔۔!!!''

یہ رات کا وقت تھا' میری بہن گہری نیند سوئی ہوئی تھی' میرے امی ابو آپس میں باتیں کر رہے تھے' میرے ابو کوئی بات کر کے چپ ہی ہوئے تھے کہ میری بہن نے اسی بات کا جواب دے دیا' امی ابو نے دیکھا تو وہ گہری نیند سوئی ہوئی تھی۔۔۔ اکثر وہ ایسی ایسی باتیں کر جاتی ہے کہ ہم سب حیران رہ جاتے ہیں کہ ہم نے کبھی ایسی باتیں نہ کبھی دیکھی نہ سنی۔۔۔!!!

محترم حکیم صاحب! اب تو ہمیں اکثر اپنی اس بہن سے ڈر لگتا ہے' مگر خاص بات یہ ہے کہ اس نے کبھی ہم میں سے یا کسی کو بھی کوئی نقصان نہیں پہنچایا' اکثر بچوں کے ساتھ بچوں کی طرح ہی کھیلتی ہے' مگر جب بڑوں کے درمیان ہوتی ہے تو ان کے ساتھ بالکل سنجیدہ گفتگو کرتی ہے حالانکہ اس کی عمر صرف دس سال ہے۔

## تسخیر یا کام نکلوانے کیلئے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس دو آزمائے ہوئے عمل ہیں یقیناً ان سے عبقری کے ذریعے لاکھوں کا فائدہ ہوگا اور میرے لیے صدقہ جاریہ' عمل درج ذیل ہیں:۔

کسی سے ملنے سے پہلے کھٰیٰعٓصٓ دائیں ہاتھ کی انگلیوں پر پڑھتے ہوئے انگلیاں بند کرلیں پھر اس شخص کے سامنے جا کر کھول دیں' اس سے متعلقہ آپ کو جو بھی کام ہوگا وہ بغیر چوں چرا کیے کردے گا اگر اس شخص کو آپ پر غصہ بھی ہوگا تو وہ آپ سے بہت پیار سے ملے گا اور تمام رنجشیں ہمیشہ کیلئے بھلا دے گا۔

**خود پر غصہ آئے تو:** اگر خود پر بہت زیادہ غصہ آتا ہو تو جب بھی کچھ بھی کھائیں یا پئیں تو اس پر ایک مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ اور بَاوُدُوْدُ دم کر کے پانی پی لیں۔

(ایک اللہ والا)

## کیا آپ موبائل پر فری ٹوٹکے پانا چاہتے ہیں؟

مشکلات جتنی بھی ہوں' الجھنیں حد سے زیادہ ہوگئی ہوں فری بالکل فری بس اپنے موبائل پر Follow ubqari لکھ کر 40404 پر میسج کریں اور روزانہ دفتر ماہنامہ عبقری لاہور سے انوکھے حیرت انگیز وظیفے اور ٹوٹکے پائیں۔

حیرت کی بات یہ ہے کہ آپ کا بیلنس بھی بالکل نہیں کٹے گا۔

# دنیاوی نعمتوں کا خزانہ

شہناز رفعت' گوجرانوالہ

جب حق تعالیٰ کسی سے محبت کرتے ہیں تو اس کا غم بڑھ جاتا ہے اور جب کسی سے بغض فرماتے ہیں تو دنیاوی نعمتوں کا خزانہ اس پر کھول دیتے ہیں۔

فضیل بن عیاض رحمۃ اللہ علیہ بہت بڑے بزرگ گزرے ہیں اپنے اوائل زندگی میں زبردست ڈاکو تھے ان کی ڈاکہ زنی سے سرخس اور بیورد کی درمیانی راہیں مسدود ہوگئیں اتفاقاً ایک لڑکی پر عاشق ہوگئے ایک شب اس لڑکی کے مکان کی دیوار پر چڑھ رہے تھے کہ کسی قاری کی آواز کان میں پڑی جو یہ آیت تلاوت کر رہا تھا: ''کیا ایمان والوں کیلئے اس بات کا وقت نہیں آیا کہ ان کے دل خدا کی نصیحت اور نازل شدہ دین حق کے سامنے جھک جائیں''

یہ صدا سنتے ہی چلا اٹھے'' بلے یا رب قد ان (ہاں پروردگار وہ وقت آگیا ہے) اور پھر ڈاکہ زنی سے ہمیشہ کیلئے توبہ کرلی اور بڑے عابد و زاہد ہوگئے۔

ابوعلی رازی کہتے ہیں کہ میں تیس سال فضیل بن عیاض کی صحبت میں رہا میں نے ان کو کبھی ہنستے اور تبسم کرتے نہیں دیکھا جس دن ان کے بیٹے کا انتقال ہوا ہنس رہے تھے۔ میں نے کہا یہ کیا؟ فرمایا ''خدا نے یہ چیز پسند کی میں نے بھی اسے پسند کیا حالانکہ یہ بیٹا جوان اور صالح تھا''

حضرت فضیل رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے: جب حق تعالیٰ کسی سے محبت کرتے ہیں تو اس کا غم بڑھ جاتا ہے اور جب کسی سے بغض فرماتے ہیں تو دنیاوی نعمتوں کا خزانہ اس پر کھول دیتے ہیں۔

## حلوہ برائے قوت بدن' دافعہ سستی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس ایک حلوے کا نسخہ ہے جو کہ قوت بدن دافعہ سستی اور ممسک ہے۔

**ھوالشافی:** چھلکا اسپغول 5 تولہ' مصری 5 تولہ' الائچی خورد 4 ماشہ' ثعلب مصری 3 ماشہ' دودھ گائے ایک کلو۔ دودھ میں مصری اور چھلکا اسپغول شامل کر کے آگ پر گرم کریں ساتھ ساتھ چمچ ہلاتے رہیں ہلکی آنچ پر رکھنا ہے' پھر آگ سے اتار کر ثعلب اور الائچی باریک کر کے ملا دیں' چمچ سے خوب ہلا دیں' پھر کسی بڑے برتن میں پھیلا دیں' یہ دو دن کیلئے حلوہ تیار ہے۔ مردانہ طاقت کیلئے دو ماہ تک کھانا ہے۔ (ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک)

اگر رک رک کر پیشاب آنے کی شکایت ہو تو دو تولے تل روز ہمراہ پانی کھانے سے یہ عارضہ دور ہو جاتا ہے۔

# بیٹے کی جان کا سودا کرنے والا لالچی باپ

تقریباً آدھ گھنٹہ ڈاکٹر صاحب کو رضامند کرنے پر لگ گیا۔ اب ڈاکٹر صاحب دفتر سے باہر نکلا اور لاؤنج میں سٹریچر پر خون میں لت پت بے ہوش نوجوان کو دیکھا اسے دیکھتے ہی ڈاکٹر کی چیخیں نکل گئیں کیونکہ یہ خوبصورت نوجوان اس کا حقیقی اکلوتا بیٹا تھا۔

(پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج)

اللہ تعالیٰ کی یہ دنیا اندھیر نگری نہیں ہے یہاں بھی محدود پیمانے پر سزا اور جزا کا عمل جاری ہے چوالیس سال پہلے کا یہ سچا واقعہ ہے جسے سندھ کے میگزین روزنامہ نوائے وقت نے بھی شائع کیا۔ جس ڈاکٹر صاحب کا یہ واقعہ ہے ان کا نام صیغہ راز میں رکھ رہا ہوں تاکہ یہ مضمون آلودہ غیبت نہ ہو جائے نیز ڈاکٹر صاحب کے اعزہ و اقربا کی دل آزاری کا موجب نہ ہو میرا مقصد اس واقعہ سے عبرت پکڑنے کے سوا اور کوئی نہیں۔ ایک وقت تھا جب مذکورہ ڈاکٹر صاحب پاکستان بھر میں واحد نیورو سرجن تھے دماغی امراض اور دماغی حادثات کے ماہر اور لائق سرجن تھے۔ رقم لینے کیلئے مریضوں کے لواحقین ان کے پاؤں پکڑا کرتے تھے ان کی مہارت، تجربہ اور اہمیت نے انہیں سخت مزاج بنا دیا، وہ پیسے کے پجاری تھے اور انسانی اخلاقیات سے قطعی عاری تھے بعض دفعہ تو وہ مریض کی کھوپڑی کھول کر ان کے لواحقین سے سودے بازی کرتے تھے۔ ایک رات ایک خدا ترس انسان سڑک کے کنارے اپنی کار میں جا رہے تھے انہوں نے دیکھا کہ اٹھارہ انیس سال کا ایک خوبرو نوجوان سڑک پر بے ہوش پڑا ہے اور اس کی موٹر سائیکل رہیں گری پڑی ہے اس کار سوار نے ہمت کر کے نوجوان کو اٹھایا اور اپنی کار میں ڈال کر ڈاکٹر صاحب کے کلینک پر لے گیا کہ شاید اس کی جان بچ جائے۔ نیک دل انسان نے ڈاکٹر صاحب سے ملاقات کی اور بتایا کہ میں نے ایک خوبصورت نوجوان کو سڑک پر بیہوش دیکھا، کوئی گاڑی والا اس کی موٹر سائیکل کو ٹکر مار کر بھاگ گیا ہے میں انسانی ہمدردی کے جذبات کے تحت آپ کے پاس لایا ہوں اسے جلدی دیکھئے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کی شفقت سے قدرت اسے زندگی کا موقع دے دے۔ ڈاکٹر صاحب نے کمال بے نیازی سے کہا کہ میرے پاس وقت کہاں کہ ایسے مریضوں کو بے مقصد دیکھتا رہوں، میری فیس پچاس ہزار روپے ہے نہیں ہے تو جائیے اور کسی ہسپتال میں مریض داخل کرا دیجئے۔ نیک انسان نے عاجزی سے کہا کہ میں اس وقت اتنی فیس تو دینے کی پوزیشن میں نہیں ہوں صرف انسانی ہمدردی کے تحت آپ جیسے مسیحا کے پاس لایا ہوں۔ ڈاکٹر صاحب نے کہا کہ پہلے رقم طے کریں ادائیگی رقم کے بعد ہی آپریشن کروں گا۔ جب نیک دل انسان کی کوئی بات نہ مانی گئی تو اس نے وعدہ کیا کہ میں گھر جا کر چالیس ہزار روپے فیس لاؤں گا اور آپ کی خدمت میں پیش کروں گا آپ اسے چیک کریں اس مکالمے کے دوران مریض کی حالت غیر ہوتی گئی کیونکہ تقریباً آدھ گھنٹہ ڈاکٹر صاحب کو رضامند کرنے پر لگ گیا۔ اب ڈاکٹر صاحب دفتر سے باہر نکلے اور لاؤنج میں سٹریچر پر خون میں لت پت بے ہوش نوجوان کو دیکھا اسے دیکھتے ہی ڈاکٹر کی چیخیں نکل گئیں کیونکہ یہ خوبصورت نوجوان اس کا حقیقی اکلوتا بیٹا تھا۔ ڈاکٹر صاحب نے بہتے آنسوؤں اور لرزتی انگلیوں کے ساتھ آپریشن کیا مگر دوران آپریشن اس کی نظروں کے سامنے لڑکے نے آخری ہچکی لی اور ان کے ہاتھوں خالق حقیقی سے جا ملا۔ اس طرح اللہ تعالیٰ کی شان بے نیازی نے ایک سفاک بے رحم اور زر پرست معالج کو اس کی زندگی میں ہی نقد سزا دے دی۔ تقدیر انسان کے برے اور بھلے اعمال کے تناظر میں حرکت کرتی رہتی ہے۔ ان بطش ربک لشدید۔ مولانا ظفر علی خان مرحوم فرماتے ہیں:۔

نہ جا اس کے تحمل پہ کہ ہے بے ڈھب گرفت اس کی
ڈر اس کی دیر گیری سے کہ ہے سخت انتقام اس کا

## ماں سے بغاوت اور زندگی غارت

(ج، ا۔ سرگودھا)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں اپنے والدین کا وہ بدقسمت بیٹا ہوں جس نے اپنی دنیا تو خراب کی ہی کی ہے ساتھ لگتا ہے کہ آخرت بھی خراب کر بیٹھا ہوں۔ میں دو سال کا تھا کہ میرے والد محترم وفات پا گئے۔ جب ذرا ہوش سنبھالی تو والدہ محترمہ ذرا سی سخت طبیعت کی تھیں۔ اگر میں کوئی خراب کام کرتا یا کوئی غلطی کرتا تو مجھے ڈانٹتی اور اکثر تھپڑ وغیرہ لگا دیتیں۔ پتہ نہیں وہ عمر ہی ایسی تھی کہ میرے دل میں ان کیلئے نفرت سی پیدا ہونا شروع ہو گئی، میں اکثر ان سے زبان درازی کرتا اگر وہ مجھے ڈانٹتی تو میں بھی برابر ان کو اسی لہجے میں ڈانٹتا جس کی وجہ سے میری ماں رونا شروع کر دیتیں اور میں "بکواس" کرتا ہوا گھر سے باہر چلا جاتا۔ اسی دوران میری ماں روتی دھوتی دنیا چھوڑ کر چلی گئی میرے سے دو بڑی اور ایک چھوٹی بہن ہے۔ بڑی بہن پڑھی لکھی تھی، وہ شادی کر کے سعودی عرب چلی گئی اسی بہن نے ہمیں پالا پوسا، پڑھایا، شادیاں کیں۔ میری شادی ایک نہایت ہی سفاک، چالباز بدکردار عورت سے ہوئی میں بیس سال سے بیرون ملک محنت مزدوری کرتا ہوں وہ مکہ مکرمہ میں دو سال میرے ساتھ رہی، واپسی پر ایک رات میں سویا ہوا تھا کہ اچانک میری آنکھ کھلی تو میری بیوی کسی سے فون پر باتیں کر رہی تھیں، میں اس کو ڈیڑھ گھنٹہ سنتا رہا وہ کسی غیر مرد سے ایسی گھٹیا باتیں کر رہی تھیں کہ میرا خون کھول اٹھا، میں اٹھا اور اس سے وہ نمبر مانگا مگر اس نے وہ نمبر نہیں دیا اور مجھ سے لڑائی کر کے اپنے باپ کے گھر چلی گئی۔ میری بیوی 45 تولے سونا، قیمتی اشیا، لیپ ٹاپ، موبائل وغیرہ لیکر اپنے باپ کے ساتھ چلی گئی۔ اس نے خلع لے لیا فیصلہ اس کے حق میں ہوا اسے اپنا مال مل گیا اور مجھے کچھ بھی حاصل نہ ہوا۔ اب میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے زندگی میں کبھی سکون نصیب نہیں ہوا ہر وقت ایک عجیب سی بے چینی، میرا کوئی کام با آسانی نہیں ہوتا، میرے پاس کوئی پیسہ نہیں ٹھہرتا، کسی نہ کسی طرح نکل جاتا ہے، کوئی مخلص دوست نہیں ملا۔ ملتا بھی تو کیسے میں خود اپنی ماں سے مخلص نہیں تو مجھے دوست یا بیوی کیسے مخلص ملتی۔ میری ماں کو وفات پائے دس سال ہو گئے ہیں مگر یہ دس سال میرے لیے صرف بربادیاں لے کر آئے۔

### تسبیح خانے میں عجیب مشاہدہ

میں ڈیرہ اسماعیل خان سے تسبیح خانے میں قیام کیلئے حاضر ہوا جب میں نے تسبیح خانے میں قیام کیا تو مجھے ایک عجیب مشاہدہ ہوا کہ کوئی چیز غیر مرئی تہجد کے وقت مجھے پاؤں سے پکڑ کر ہلاتی اور آواز آتی "اللہ والے اٹھ جاؤ" مجھے بہت اچھا لگتا۔ جب میں واپس اپنے گھر گیا تو اب بھی تہجد کے وقت مجھے کوئی چیز اٹھا دیتی ہے اور اب کبھی میری تہجد نہیں چھوٹتی۔ (محمد آفتاب عزیز)

ہر طرح کے خوف اور نقصان سے حفاظت: جو شخص کسی خوف کے وقت 630 مرتبہ اسم اَلْمُؤْمِنُ کو پڑھے گا انشاء اللہ ہر طرح کے خوف اور نقصان سے محفوظ رہے گا۔

# قارئین کے سوال قارئین کے جواب

## اکتوبر کے جوابات

1۔ محترم بہن! آپ صبح و شام ایک سو ایک مرتبہ يَا قَادِرُ يَا رَحِيمُ پانی پر دم کر کے وہ پانی میں ڈال دیں جس سے سارے گھر والے پانی پیتے ہیں۔ اس کے علاوہ جن کا حافظہ کمزور ہے انہیں صبح و شام اکیس مرتبہ الم نشرح اول و آخر سات مرتبہ درود شریف پانی پر دم کر کے پلائیں۔ انشاء اللہ کچھ ہی عرصے کے بعد آپ خود دیکھیں گی کہ آپ کے بھائیوں کا حافظہ بہتر نہیں بلکہ بہترین ہو رہا ہے۔ (صوفیہ عباسی، لاہور)

2۔ ایک ٹوٹکا میرا اپنا آزمودہ ہے پچھلے سال سردیوں میں میں نے عبقری میں یہ پڑھا تھا مجھے بھی سالہا سال سے سردیوں میں یہ تکلیف ہوجاتی تھی لیکن پچھلے سال سے سردیاں بہت پرسکون گزریں۔ ٹوٹکہ یہ ہے کہ سرسوں کا تیل نیم گرم کر کے اس میں تھوڑا سا نمک ملا کر اس سے اپنے پاؤں اور انگلیوں پر مساج کریں روزانہ رات کو سونے سے پہلے یہ کریں عمل کریں اگر تکلیف زیادہ ہو تو صبح و شام کریں۔ کم خرچ بالا نشین والا ٹوٹکہ ہے۔ ڈاکٹروں اور بیماری کی تکلیف سے بچت ہوجائے گی۔ (شکیل احمد، اسلام آباد)

3۔ آپ تھوڑا سا زم زم کا پانی لیکر کریم کی طرح اپنے چہرے پر روزانہ مساج کریں کچھ عرصے میں ہی آپ کے چہرے سے تمام امراض دور ہوں گے اور ایسا نور اور وقار چہرے سے جھلکے گا کہ دیکھنے والے منہ میں انگلیاں ڈال لیں گے۔ باوضو رہنے کی کوشش کریں اور نماز کی پابندی لازمی کریں۔ بار بار وضو کریں گی تو اس سے بھی آپ کے چہرے پر ایک نئی تازگی اور چمک آجائے گی۔ (میمونہ جبیں، کراچی)

4۔ خالص روغن بادام حاصل کرنے کیلئے آپ بادام خریدیں اور کسی ایسے پنسار کے پاس جائیں جس کے پاس روغن نکالنے مشین ہو اور اپنی آنکھوں کے سامنے اس سے ان باداموں کا روغن نکلوائیں اور استعمال کریں۔ روغن بادام نکالنے والی مشین کے متعلق معلومات آپ کو کسی بھی پنسار سے مل جائیں گے۔ (عبدالماجد، کوئٹہ)

## نومبر کے سوالات

1۔ محترم قارئین السلام علیکم! میری عمر 34 سال ہے مجھے گزشتہ چار سال سے معدے کا السر ہے معدے میں ہر وقت تکلیف، بدہضمی، بوجھ، گیس کی تکلیف اور ڈپریشن ہے ہر طرح کا ہومیو پیتھک، دیسی، ایلوپیتھک علاج کروایا سب دوائیاں ری ایکشن کر جاتی ہیں، تکلیف پہلے سے بڑھ گئی، پھلوں، سبزیوں سے بھی علاج کیا لیکن کوئی فائدہ نہ ہوا پرہیز بھی بہت کرتی ہوں، بہت سارے وظیفے بھی کیے لیکن آرام نہیں آیا۔ ہر وقت تکلیف میں رہتی ہوں۔ قارئین اور حکماء برادری سے درخواست ہے کہ اگر کسی کو استخارہ کرنا آتا ہے تو استخارہ کر کے میرے مرض کا علاج بتائیے۔ تمام عمر آپ کو دعائیں دیتی رہوں گی۔ (نازیہ قیاض، خانیوال)

2۔ محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری عمر 14 سال ہے اور میرے بال سفید ہو رہے ہیں اور میرا ایک بھائی نو سال کا ہے اور اس کے بال بھی سفید ہو رہے ہیں اور میرا جو چھوٹا بھائی ہے اس کی عمر ساڑھے تین سال ہے اس کے بال بھی سفید ہو رہے ہیں میری امی پہلے پتلی تھیں اب دن بدن ان کا جسم پھول رہا ہے اور پیٹ بڑھ گیا ہے۔ مہربانی فرما کر ہمیں کوئی نسخہ بتائیں شکریہ۔ (معاذ احمد، ربان)

3۔ محترم قارئین السلام علیکم! آج کل لڑکیوں کے رشتوں کا مسئلہ تقریباً ہر گھر میں ہے لڑکیوں کے والدین سخت پریشان ہیں۔ فراڈ بہت زیادہ ہو رہے ہیں۔ اگر کسی کے بعد کوئی ایسا وظیفہ ہو جس کے پڑھنے سے لڑکی کی شادی جلد اور اچھی جگہ ہوجائے تو وہ ضرور عبقری کو بھیجیں۔ لاکھوں لوگوں کا بھلا ہوگا۔ (ایک ماں)

4۔ محترم قارئین السلام علیکم! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا قد بہت چھوٹا ہے جس کی وجہ سے میں اب احساس کمتری کا شکار ہوتا جا رہا ہوں، ہر کوئی مجھے دیکھ کر ہنستا ہے میری عمر اس وقت تقریباً 19 سال ہے اور قد صرف چار فٹ اور دو انچ ہے۔ میں نے بہت سی جگہوں سے علاج کروائے، بہت مہنگے مہنگے کورس استعمال کیے مگر کبھی کوئی فائدہ نہیں ہوا کسی قاری کے پاس کوئی ٹوٹکہ، نسخہ یا وظیفہ ہو تو عنایت فرمائیں۔ (علی، قصور)

# مناقب صحابہ واہل بیت

انتخاب: کمی احمد پوری

مالک انصاری شخص ابوحمزہ سے روایت ہے کہ میں نے حضرت زید بن ارقم رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو فرماتے ہوئے سنا کہ سب سے پہلے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ ایمان لائے۔ (ترمذی، احمد، حاکم) حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ پیر کے دن حضور نبی اکرم ﷺ کی بعثت ہوئی اور منگل کے دن حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے نماز پڑھی۔" (ترمذی، حاکم)

عمرو ذی مر اور زید بن ارقم سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے غدیر خم کے مقام پر خطاب فرمایا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: "جس کا میں مولا ہوں اُس کا علی مولا ہے اے اللہ! جو اسے دوست رکھے تو اُسے دوست رکھ اور جو اس سے عداوت رکھے تو اُس سے عداوت رکھ اور جو اس کی نصرت کرے اُس کی تو نصرت فرما اور جو اس کی اعانت کرے تو اس کی اعانت فرما۔" (امام طبرانی)

حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا جس نے حسن اور حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے محبت کی اس نے درحقیقت مجھ سے محبت کی اور جس نے حسن اور حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہم سے بغض رکھا اس نے مجھ ہی سے بغض رکھا۔ (ابن ماجہ، نسائی، احمد)

# مرحوم باپ نے دیا خواب میں وظیفہ

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے والد کی وفات کے بعد میں بہت پریشان تھا، گھر کے مالی حالات دن بدن خراب ہو رہے تھے، میں گھر میں بڑا تھا، بہن بھی کوئی نہ تھی اور نہ ہی کوئی بظاہر سہارا۔۔۔ ایک دن والد صاحب خواب میں آئے اور انہوں نے مجھے یہ وظیفہ دیا لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ اَلْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِيْنُ۔ پڑھنے کو بتایا۔ میں نے سارا دن کھلا پڑھنا شروع کر دیا۔ اس سے پہلے میں نے یہ وظیفہ پہلے کبھی نہیں پڑھا تھا بعد میں ایک مرتبہ حدیث میں بھی اس وظیفے کی تصدیق ہوگئی اس وظیفے کی برکت سے اللہ نے میرے رزق میں بہت برکت ڈال دی ہے۔ شاید اسی وظیفے ہی کی برکت ہے کہ والد صاحب اکثر خواب میں اکثر رہنمائی فرماتے ہیں۔ (ارشد زبیر، سرگودھا)

# آپ کا خواب اور روشن تعبیر

## کچا گوشت

خواب: میں نے دیکھا کہ ایک آدمی جس کو پہلے میں نے کبھی نہیں دیکھا' کچے گوشت کی بوٹیاں نوچتا اور چباتا ہوا جا رہا ہے' اس کے چہرے پر شیطانی مسکراہٹ ہے۔ ایک خواب اور دیکھا جس میں ایک بوڑھے آدمی (جس کو میں نے پہلے کبھی نہیں دیکھا) نے ایک چغہ پہن رکھا ہے اور اس نے میرا جیولری بکس چرا لیا ہے لیکن میں اس سے واپس لے لیتی ہوں اور اس میں سے میرا کوئی زیور کم نہیں ہوتا لیکن اس بوڑھے کے پاس کالے کاغذ میں لپٹی سوئیاں ہیں۔(فرازیہ مری)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے اور آپ کی والدہ کے ساتھ اثرات کا مسئلہ ہے۔ آپ فوری طور پر گوشت کا صدقہ دیں اور سورۂ فاتحہ' آیۃ الکرسی' سورۂ فلق اور ناس اکتالیس اکتالیس بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں۔ یہ عمل نوے دن تک جاری رکھنا ہے۔

## اچھی خبر

خواب: میں نے دیکھا ایک بہت بڑی محل نما عمارت ہے اس میں محلوں کی طرح بالکونیاں بنی ہوئی ہیں۔ پھولوں سے بھری ہوئی کیاریاں ہیں۔ بڑے بڑے لان ہیں جن میں اچھے کپڑوں میں ملبوس لوگ بیٹھے ہوئے ہیں۔ اچانک میری نظر اوپر کی طرف اٹھتی ہے تو جھروکے میں مجھے کافی عورتیں نظر آتی ہیں' ان عورتوں کے درمیان میری بیوی بھی کھڑی ہوئی ہے جو کہ بہت اچھی لگ رہی ہے میں سوچتا ہوں یہ تو میری بیوی ہے اور میری آنکھ کھل جاتی ہے۔(غلام رسول' پشاور)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو جلد اچھی خبر ملنے والی ہے' آپ سورۂ یٰسین ایک بار بعد نماز فجر تلاوت کر کے دعا کر لیا کریں۔

## لوح قرآنی

خواب: میں نے ایک کام کیلئے استخارہ کیا تو میں نے خواب میں دیکھا کہ لوح قرآنی پڑھ رہی ہوں' پڑھتے پڑھتے میں نے کہا کہ یہ تو لوح قرآنی آدھی لکھی ہوئی ہے پھر نہ جانے کیسے وہ لوح قرآنی پوری ہو جاتی ہے پھر میں وہ ساری لوح قرآنی پڑھتی ہوں۔ پہلے میں نے لوح قرآنی (یٰسین) سے شروع کی ہے اور پھر میں بعد میں الحمد سے شروع کی ہے میں کہتی ہوں کہ اب میں نے پوری لوح قرآنی پڑھ لی ہے۔(شائستہ' لاہور)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق جس مقصد کیلئے آپ نے استخارہ کیا ہے اس میں انشاء اللہ آپ کو کامیابی نصیب ہوگی آپ سورۂ یٰسین روزانہ ایک بار ضرور پڑھ کر دعا کر لیا کریں۔

## لڑکی' میں اور سائیکل

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اپنے دادا جی کے گھر کی طرف جا رہا ہوں جس گلی میں گزر رہا ہوں اس گلی میں میری پھوپھی کا بھی گھر ہے۔ وہ اور ان کی بیٹی گھر کے اوپر سے مجھے دیکھ رہی تھیں۔ میں ان کی طرف دیکھے بغیر گزر جاتا ہوں۔ میرے دل میں اس وقت ان کیلئے نفرت ہوتی ہے کہ مجھے ان کی بیٹی سے شادی نہیں کرنی۔ پھر منظر بدلتا ہے میں اپنے دادا کے گھر کمرے کے دروازے میں کھڑا ہوں۔ ایک آدمی جس کو میں نہیں پہچانتا' اس کو کافی چوٹیں آئی ہوتی ہیں یا وہ نشے کی حالت میں ہوتا ہے کہ کبھی اس طرف اور کبھی اس طرف گرنے لگتا ہے۔ میرے دل میں آتا ہے کہ میں اسے پکڑ کر باہر پھینک آؤں۔ پھر منظر بدلتا ہے میری پھوپھی کی لڑکی اسی گھر میں (یعنی دادا جی کی) چارپائی پر بیٹھی ہے اور میں میں دروازے سے اندر داخل ہوتا ہوں' مجھے لگتا ہے کہ میں اسے لینے آیا ہوں۔ باہر میری سائیکل کھڑی ہوتی ہے حالانکہ میں سائیکل پر نہیں آیا۔ پھر میں سوچتا ہوں کہ اس کو سائیکل پر بٹھا کر کس طرح لے کر جاؤں گا۔ پھر میں اس سے کہتا ہوں آؤ چلیں اور پھر میں سائیکل پکڑ کر پیدل چلتا ہوں اور وہ میرے پیچھے چلتی ہوئی آ رہی ہے۔(محمد شاہد' راولپنڈی)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کسی مسئلے پر تذبذب ہو رہے ہیں لیکن اگر اس کام کو ہمت کر کے کر لیا تو انشاء اللہ بڑی کامیابی ملنے کا اشارہ ہے۔

## بال زمین پر

خواب: میرے بھائی نے دیکھا کہ اس کی بہن اپنے سر پر تیل کی مالش کر رہی ہے' وہ کہتا ہے میرے سر پر بھی تیل لگاؤ ساتھ ہی اس نے اپنے سر میں سے خشکی جھاڑنی شروع کر دی' کافی سارا دن خشکی یا تقریباً ساری خشکی گر گئی اور تھوڑے بہت بال بھی زمین پر گر گئے اور پھر آنکھ کھل گئی۔(فضین' کوہاٹ)

تعبیر: آپ کے بھائی کے خواب کے مطابق اسے کسی بیماری میں مبتلا ہونے کا اندیشہ ہے آپ اس کو صدقہ دینے کیلئے کہیں اور سورۂ فاتحہ 41 بار مع تسمیہ بعد نماز فجر روزانہ 21 دن تک پڑھ لیا کریں' انشاء اللہ حفاظت ہو جائے گی۔

## اثرات ہیں

خواب: میں نے دیکھا کہ گھر کی لائٹ گئی ہے اور میرا بھائی جو سنگاپور میں زیر تعلیم ہے آیا ہوا ہے۔ اس نے مجھ سے کہا کہ میں اس کیلئے کچھ پکاؤں۔ اتنے میں ہمارے گھر ایک خالی کمرہ جو کہ پہلے میری مرحوم پر دادی اور پھر میرے مرحوم تایا کے زیر استعمال تھا لیکن اب کچھ سال سے بند پڑا ہے۔ اس میں سے ایک چھوٹا بچہ گھٹنوں کے بل چلتا ہوا کالی رنگ کے سر سے پاؤں تک ڈھکے ہوئے لباس میں آتا ہے۔ میں نے اس کی شکل نہیں دیکھی' میرا بھائی اس کو پیار سے اٹھا لیتا ہے۔ میں اپنے بھائی اور اس بچے پر سورۂ فلق اور ناس پڑھ پڑھ کر پھونکنا شروع کر دیتی ہوں' پڑھتے پڑھتے میرا بھائی اس بچے کو لے کر چلنا شروع کرتا ہے اور میں پڑھ پڑھ کر پھونکتی رہتی ہوں کہ میرا بھائی دروازے تک آ جاتا ہے۔ میں اب کی بار اس پر جیسے ہی سورۂ فلق و ناس پڑھ کر پھونکتی ہوں تو اچانک میرے بھائی کا چہرہ بہت بھیانک ہو جاتا ہے۔ وہ ایک ہاتھ میں تو بچہ پکڑا ہوتا ہے جبکہ دوسرے ہاتھ سے مجھے زور کا دھکا دے کر کہتا ہے "غلق"۔ اس کے بعد مجھے محسوس ہو جاتا ہے کہ میں خواب دیکھ رہی ہوں۔ میں خواب سے جاگنے کی کوشش کرتی ہوں لیکن مجھے غنودگی کی حالت میں ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے کوئی میرا گلا دبا رہا ہے۔ میں اس کیفیت سے نکلنے کی کوشش کرتی ہوں بڑی مشکل سے میری آنکھ کھلتی ہے تو اس وقت اذانیں ہو رہی تھیں۔(ا۔ف۔ ملتان)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ پر اثرات کا مسئلہ ہے جو کہ کافی عرصے سے آپ کو تنگ کر رہے ہیں' آپ فوری طور پر گوشت کا صدقہ دیں اور سورۂ فاتحہ' آیۃ الکرسی' سورۂ فلق اور سورۂ ناس اکتالیس اکتالیس بار پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں اور پانی میں دم کر کے پی لیا کریں۔ یہ عمل 90 دن تک مسلسل کرنا ہوگا۔

دار چینی اور سلسلہ کا بلی ہموزن رگڑ کر سفوف بنا کر تین ماشہ صبح و شام استعمال کرنے سے استسقاء کو بے حد مفید ہے۔

# استغفار کے وظیفے کا کرشمہ

**عجب عالم بے بسی کا تھا نہ کوئی بات سننے والا نہ سمجھنے والا' ڈبل کرایہ ادا کیا اور مطلوبہ ایئرپورٹ آئے لیکن قسمت نے ساتھ نہ دیا جہاز جا چکا تھا۔ ہم روتے کانپتے واپس انہی کے گھر آئے' ویزہ ٹائم ختم ہونے کے بعد وہاں رہنا قانوناً جرم تھا۔**

(مسز غیاث' بہاولنگر)

انسانی زندگی تلخ و شیریں حالات و واقعات اور جذبات و احساسات پر مبنی ہوتی ہے۔ اس کے اندر بہت سی یادداشتیں محفوظ ہوتی ہیں لیکن انہیں سپرد قلم کرنے کا خیال دور دور تک نہیں ہوتا۔ کبھی کبھی جذبوں کی گرفت اسے اظہار کو آسانی ہے اور وہ قلم پکڑنے کو مجبور ہو جاتا ہے۔

ایسا ہی واقعہ بار بار یاد آتا ہے۔ عمرے کی سعادت کے بعد اٹھارہ مئی کو ہماری واپسی تھی۔ انیس مئی ویزہ کی آخری تاریخ تھی۔ جدہ میں ہمارے قریبی عزیز تھے ان کے اصرار پر سترہ مئی کی شام ان کے گھر آ گئے۔ انہوں نے ہمیں ایئرپورٹ چھوڑنا تھا' ایئرپورٹ سے ایک شخص نے تمام معلومات' فلائٹ ٹائم اور کس ایئرپورٹ پر جانا تھا آگاہ کیا' ہم خوشی خوشی ایئرپورٹ پہنچے۔ لیکن شومئی تقدیر یہ وہ ایئرپورٹ نہ تھا۔ ناشناسا لوگ ادھر ادھر دکھائی دیئے۔

عجب عالم بے بسی کا تھا نہ کوئی بات سننے والا نہ سمجھنے والا' ڈبل کرایہ ادا کیا اور مطلوبہ ایئرپورٹ آئے لیکن قسمت نے ساتھ نہ دیا جہاز جا چکا تھا۔ ہم روتے کانپتے واپس انہی کے گھر آئے' ویزہ ٹائم ختم ہونے کے بعد وہاں رہنا قانوناً جرم تھا' بہت کوشش کی لیکن ہمیں ٹکٹ تین دن بعد ملتے تھے۔ وہ رات کانٹوں پر گزری۔ ایک پل چین نہیں آ رہا تھا۔ یونہی اٹھتے بیٹھتے اختر شماری کرتے توبہ استغفار پڑھتے رہے۔ صبح چار بجے میرا بیٹا اپنے پھوپھا کے ہمراہ ایئرپورٹ گیا کہ شاید کوئی واقف مہربان ہو اور کام بن جائے۔

معلوم ہوا کہ پاکستان فلائٹ جا رہی ہے اگر کوئی مسافر غیر حاضر ہوئے تو ہمارے لیے چانس ہے' سات بجے فلائٹ تھی' چھ بجے ہمیں اطلاع ہوئی ایک گھنٹے کا قلیل وقت تھا۔ ذہنی دباؤ الگ' بھاگم بھاگ ایئرپورٹ پہنچے بورڈنگ تو ہو گئی' مختلف ممالک کے لوگ قطار میں کھڑے تھے رش میں آگے جانا بے حد محال تھا۔ اس فلائٹ کے مسافر ایئربس کی طرف جا رہے تھے۔ صرف چھ مسافر ریٹنگ روم میں باقی تھے جنہوں نے اس فلائٹ میں پاکستان آنا تھا۔ قطار میں کھڑے' ہمارا دل ڈوبا جا رہا تھا' اتنے میں اطلاع ملی کہ کمپیوٹر سسٹم جام ہو گیا ہے ہم بھی اندر جا چکے تھے جہاں کاغذات سٹیپ ہوتا تھے' آدھ گھنٹہ کی کوشش کے بعد سسٹم بحال ہوا اور شان خداوندی دیکھیں سب سے پہلے ہمارے کاغذات کلیئر ہوئے اور جو مسافر پہلے سے موجود تھے وہ بعد میں فارغ ہوئے' رب کتنا مہربان ہے اور کتنی کرم نوازیاں کرتا ہے۔ ہماری گستاخیوں اور حکم عدولیوں پر بھی وہ قادر مطلق مشکل گھڑی میں کام آتا ہے۔ غیبی امداد کرتا ہے' بے عمل اور بے وصف لوگوں کی عیب پوشی کرتا ہے۔

## آئیں ٹوٹکے آزمائیں!

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اگر چہرے پر زیادہ مہاسے ہوں تو کچھ نیم کی سوکھی پتیوں کو پیس لیں اور اس کو ایک بوتل میں بند کر کے رکھیں اب ایک چمچہ ان پسی ہوئی پتی میں ایک چمچہ مٹی اور ایک چمچہ دہی اچھی طرح ملا کر اسے چہرے پر مل لیں اور اسے آدھا گھنٹہ چہرے پر لگا رہنے دیں' نیم کی پتی کے اثر سے چہرے پر ہلکی سی جلن محسوس ہوگی لیکن اس سے گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے' آدھ گھنٹہ بعد چہرے کو صاف ٹھنڈے پانی سے دھو لیں' چہرے کو دھونے سے پہلے بھیگی ہوئی انگلیوں سے صاف کریں' کتنے بھی زیادہ چہرے پر مہاسے ہوں تین مرتبہ اس عمل کو دہرانے سے فائدہ نظر آئے گا۔ (رشیدہ خانم' لاہور)

### عبقری میں ٹوٹکہ سیکشن کا قیام
### اس کار خیر میں آپ بھی حصہ دار بنیں

قارئین! بعض اوقات لاعلاج بیماریوں میں جہاں بڑی بڑی ادویات اور مہنگے علاج ناکام ہو جاتے ہیں وہاں چھوٹے چھوٹے ٹوٹکے کارگر ثابت ہوتے ہیں جنہیں بظاہر کوئی اہمیت نہیں دی جاتی تو قارئین آپ مستقل بڑے بوڑھوں کے وہ ٹوٹکے سنے یا آزمائے ہوئے ضرور لکھیں' عبقری نے ایک ٹوٹکہ سیکشن قائم کیا ہے تاکہ مخلوق کی خدمت ہو اور انسانیت کو نفع پہنچے۔ **نوٹ:** کہیں ایسا نہ ہو کہ ٹوٹکوں والی کتاب اٹھا کر سارے ٹوٹکے لکھ کر بھیجیں ایسا ہرگز نہ کریں۔ صرف آزمودہ اور سینے کا راز ٹوٹکے ہی بھیجیں۔

# عبقری نے مجھے عامل بنا دیا

(طارق تنویر' گل نوکانہ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! گزشتہ ڈیڑھ سال سے عبقری رسالہ پڑھ رہا ہوں' اس میں جتنے بھی مضامین پڑھے کافی حد تک فائدہ ہوا اور مزید فائدہ حاصل کر رہا ہوں۔ چند ماہ قبل عبقری میں جسمانی دردوں سے افاقہ کیلئے عمل پڑھا اس دن اہلیہ محترمہ کو دم کیا تو فوری افاقہ ہوا وہ گھر کا کام کرنے لگ گئی۔

اب میرا اشارہ محترم حبیب ہاشمی کی طرف ہے جنہوں نے دل کھول کر جنات کے ستائے ہوئے لوگوں کیلئے تحفہ عنایت فرمایا۔ میں نے ان کے عطا کیے ہوئے اسماء الحسنیٰ کے عمل سے بھی فوائد حاصل کیے۔ ایک جوان عورت پر حاضری کی پہلے تو منزل شروع کی تو خیر ایک جن صاحب حاضر ہوئے اور بڑی صلح صفائی کیساتھ کہنے لگے اس لڑکی (مریضہ) نے ہمارے بچے کو کھیتوں میں چلتے ہوئے کچل دیا ہے اس لیے اس کو پکڑا ہے' دوسرا اس نے جھوٹ بولا کہ وہ مولوی ہے لہٰذا مجھے معاف کر دیا جائے پھر نہیں آؤں گا۔ راقم الحروف کے ساتھ مولوی قاری صاحب مقامی استاد و حفظ بھی تھے انہوں نے مشورہ دیا کہ معاف کرنا بہتر ہے' میں نے ضروری شرائط پر معافی دے دی کہ آئندہ اس بچی کے پاس نہیں آئیگا۔ پھر کچھ دنوں بعد دوبارہ بچی پر حاضر ہو گیا' میرے ذہن میں عبقری میں چھپا عمل آیا کہ اس مضمون میں جنات کی اکڑ توڑ (تکبر) کیلئے اسماء الحسنیٰ بتایا گیا تھا۔ میں نے منزل کا کچھ حصہ پڑھ کر ساتھ ہی عبقری میں دیا گیا عمل پڑھا تو جن منت سماجت کرنے لگا کہ مجھے جانے دو' آپ تو خود حافظ قرآن ہو میرے ساتھ نیکی کا سلوک کرو وغیرہ وغیرہ۔۔۔! میرے دل میں اللہ پاک نے یہ بات ڈالی کہ اللہ تبارک و تعالیٰ کے ان ناموں میں اتنی حفاظت اور طاقت ہے کہ جن نے ہتھیار ڈال دیئے ہیں اللہ پاک کے وہ پیارے اور حفاظت والے نام یہ ہیں:۔ یَاحَفِیْظُ یَاحَفِیْظُ یَاحَفِیْظُ یَارَقِیْبُ یَاوَکِیْلُ یَاقَادِرُ یَابَصِیْرُ۔ یَااَللّٰہُ یَااَللّٰہُ یَااَللّٰہُ ان الفاظ کو گیارہ مرتبہ پڑھنے سے الحمدللہ مریض بالکل ٹھیک ہو کر بیٹھ جاتا ہے اور گھر میں آئے ہوئے شیطانی کارندے رخصت ہو جاتے ہیں۔ اس کے بعد میں نے بچی کے گلے میں ایک صفحے پر آیت الکرسی بسم اللہ کے ساتھ لکھ کر تعویذ بنا کر ڈال دیا جس کی وجہ سے دوبارہ وہ جنات نہیں آئے۔

ظاہر و باطن پاک کرنے کا عمل: جو شخص غسل کر کے دو رکعت نماز پڑھے اور صدق دل سے سو مرتبہ اسم اَلْمُهَيْمِنُ پڑھے۔ اللہ تعالیٰ اس کا ظاہر و باطن پاک فرما دیں گے۔

# خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو۔

ام اوراق

## میری خواہش!!!

زندگی میں میری یہی خواہش تھی کہ میرے ہاں جو بھی بچہ ہو اسے حافظ قرآن بناؤں۔ اللہ تعالیٰ نے بیٹے سے نوازا تو پانچ سال کی عمر میں اسے ایک مدرسے میں داخل کروا دیا۔ پانچ سال ہو چکے اور بچے نے بمشکل چھ سپارے حفظ کیے ہیں۔ پابندی سے سبق نہیں سناتا اور پچھلے سبق بھی بھول جاتا ہے۔ وہ کس طرح قرآن حفظ کر سکتا ہے مجھے بتایئے؟ (سعید، لاہور)

مشورہ: کچھ بچے پیدائشی طور پر ذہین ہوتے ہیں اور کچھ بالکل ہی نہیں۔۔۔ لیکن اس میں کچھ ماحول کا اثر بھی ہوتا ہے۔ کچھ استاد پیار محبت سے پڑھاتے ہیں اور کچھ زیادہ ہی سختی کرتے ہیں۔ میں نے ایک مدرسہ دیکھا جہاں قاری صاحب بچوں پر بھرپور توجہ دیتے تھے۔ سارے بچے غریب تھے پسماندہ علاقوں سے آئے ہوئے تھے۔ تقریباً ستر بچے تھے نو سال کی عمر سے لے کر چودہ پندرہ سال تک۔ صبح ان کیلئے دسترخوان بچھتا تو قاری صاحب انہی کے ساتھ بیٹھ کر ناشتہ کرتے اور انہی کے ساتھ کھاتے۔ ان کی محبت کی وجہ سے بچے قرآن تیزی سے حفظ کرتے اور دو سے اڑھائی سال میں قرآن پاک کا دور مکمل کر لیتے ہیں۔ اب آپ نے اپنے بچے کو جہاں داخل کروایا ہے وہاں جا کر خود دیکھئے بیٹھئے کہ قاری صاحب کیسے پڑھاتے ہیں؟ پانچ سال بڑی مدت ہے اس دوران بچہ حفظ نہیں کر سکا تو اب کیا کرے گا؟ میرا مشورہ یہ ہے کہ آپ بچے کو سکول میں داخل کرایئے اور گھر پر قاری صاحب کو بلا کر بچے کو قرآن پاک پڑھوایئے۔ اس طرح بچے کا مستقبل محفوظ رہے گا یا آپ اپنے بچے کو کسی ایسے سکول میں داخل کروائیں جہاں دینی تعلیم کے ساتھ ساتھ دنیاوی تعلیم کا سلسلہ بھی ہو۔ آج کل ایسے مدرسے بہت ہیں جہاں بچے کی نفسیات کو مدنظر رکھتے ہوئے تعلیم دی جاتی ہے۔

## زنگ لگی مشین

میرے پاس قیمہ نکالنے والی ایک پرانی مشین ہے جس میں زنگ لگ جاتا ہے۔ دوسری بات یہ کہ باوجود کوشش کے وہ اچھی طرح صاف نہیں ہوتی۔ اس کیلئے مجھے بتایئے میں کیا کروں کہ وہ صاف بھی ہو جائے اور اس میں زنگ بھی نہ لگے؟ (م۔د، کراچی)

مشورہ: بی بی! قیمے کی مشین کو آپ پہلے صاف کپڑے سے اچھی طرح رگڑ لیں پھر اس کے اندر سرسوں کا تیل لگا دیں کسی کپڑے کو تیل میں بھگو کر اچھی طرح مشین کے اندر لگا دیجئے اب اس میں زنگ نہیں لگے گا۔ جب قیمہ بنانا ہو تو مشین کو صاف کر کے اس میں ڈبل روٹی کا سلائس ڈال کر نکال لیں اس سے آپ کی مشین صاف ہو جائے گی۔ قیمہ نکال لینے کے بعد آپ ایک اور سلائس ڈال کر اپنی مشین صاف کر لیجئے اور دوبارہ تیل لگا کر رکھ دیجئے۔ آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔

## رنگ پیلا خون ختم

میری عمر اٹھارہ سال ہے رنگ پیلا ہے اور خون بالکل نہیں بنتا۔ دوائیاں کھاتی رہتی ہوں لیکن فائدہ کم ہی ہوا ہے۔ مجھے ایسی غذائیں بتایئے جن سے میرے جسم میں خون بنے اور میں جلدی سے ٹھیک ہو جاؤں۔ (عائشہ، راولپنڈی)

مشورہ: ابھی آپ کی عمر ہی کیا ہے اس عمر میں تو پانی سے بھی خون بنتا ہے دراصل غلط عادات کی بنا پر ہمیں ڈاکٹر کے پاس جانا پڑتا ہے بھیڑ کی کلیجی کھانے سے تازہ خون پیدا ہوتا ہے سردی کا موسم ہے آپ کو چاہیے کہ ہفتے میں تین بار پیٹ بھر کر کلیجی کھائیں۔ کلیجی آپ تازہ دھنیے کے ساتھ پکوا سکتے ہیں۔ کلیجی کے ٹکڑے توے پر تکے کی طرح بھون کر کھا سکتے ہیں یا اس کا سالن بنوا کر کھایئے۔ گاجریں خوب کھائیں چقندر شلجم مولی سلاد بند گوبھی بھی اپنی غذاؤں میں شامل کیجئے آپ کی صحت ٹھیک ہو جائے گی۔

## بچہ کیڑے کھاتا ہے

میرا دو سال کا بھتیجا ہے اسے بھوک نہیں لگتی خود اسے دودھ بنا کر دیں تو پی لیتا ہے ورنہ نہیں۔ الم غلم چیزیں جیسے بکری کی مینگنیاں کیڑے مکوڑے شوق سے کھاتا ہے۔ میرے ابو ڈاکٹر ہیں اسے بھوک لگنے کی دوائیں بھی دیں مگر کوئی فرق نہیں پڑا۔ بے انتہا ضدی اور اکھڑ بچہ ہے۔ آلتی پالتی مار کر بیٹھ نہیں سکتا۔ اللہ کا دیا سب کچھ ہے مگر یہ بچہ کسی پھل کو ہاتھ نہیں لگاتا۔ براہ کرم یہ مسئلہ حل کر دیں سارا گھر آپ کا ممنون ہو گا۔ (ع۔ن، شاہکوٹ)

مشورہ: بی بی! سب لوگ بیٹھ کر اکٹھے کھانا کھائیں تو بچہ بھی شوق سے دیکھتا ہے آپ لوگ شام کا کھانا مل کر کھایئے۔ آپ کو کھانا دیکھ کر بچہ بھی شوق سے کھائے گا۔ اس کی عمر کے دو چار بچے پڑوس محلے سے بلوایئے۔ سب کو بٹھا کر پھل سامنے رکھئے دوسرے بچوں کے ساتھ یہ بھی پھل مانگے گا۔ بڑی بوڑھیاں کہتی تھیں غریب بچوں کو بلا کر دسترخوان پر بچے کے ساتھ بٹھاؤ اور پھر انہیں کھانے پینے کی چیزیں دو۔ جو بچہ کھانا اور پھل نہیں کھاتا وہ اس طرح کھانا کھانے لگتا ہے۔ آپ ایک پاؤ بکرے کا قیمہ لے کر اس میں تھوڑی سی چنے کی دال ملایئے۔ پھر نمک اور کالی مرچ سات دانے ملا کر ابال لیں۔ پھر اسے پیس کر چھوٹے گولے بنا کر ہلکا سا فرائی کر لیجئے اور ٹھنڈے ہونے پر بچے کے سامنے رکھئے۔ وہ شوق سے کھائے گا۔ مرغی کی کلیجی کے ٹکڑے نمک لگا کر فرائی کر کے دیجئے۔ بچے کی ٹانگوں پر زیتون کے تیل کی مالش روزانہ کیجئے۔ اس طرح اس کی ٹانگیں مضبوط ہوں گی۔ وہ بیٹھنے لگے گا۔

### پیٹ کم کرنے کیلئے

ھوالشافی: سہاگہ دو تولہ اجوائن خراسانی ڈھائی تولہ فلفل سیاہ بارہ تولہ مصبر زرد اٹھارہ تولہ۔ تمام اشیاء کو اندرائن کے گودے میں گوندھ کر چنے کے برابر گولیاں بنائیں اور صبح و شام بعد غذا دودھ یا تازہ پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ (محمد منیر ملک، راولپنڈی)

# جسم کو طاقتور و خوبصورت بنانے کے خواہشمند ضرور پڑھیں!

**بکرا یا بکری کا گوشت زود ہضم اور صالح خون پیدا کرتا ہے' گرم مزاجوں والوں کیلئے عمدہ غذا ہے۔ چھ ماہ کے بکرے کا گوشت اگر کمزور اور لاغروں کو کھلایا جائے تو وہ طاقتور جسم کے مالک بن جاتے ہیں۔**

ہمارے ملک میں لاکھوں چھوٹے اور بڑے جانور روزانہ ذبح ہوتے ہیں اور ان کا گوشت بڑے شوق سے کھایا جاتا ہے۔ گوشت مرچ مصالحہ جات ڈال کر بھون کر بھی کھایا جاتا ہے اور اس کے کباب اور باربی کیو بہت مشہور ہیں۔ اچھے قسم کے مصالحہ جات سے اس کی لذت میں اضافہ ہوتا ہے' ہمارے ہاں ہر گھر میں اگر روزانہ نہ سہی تو ہفتہ عشرہ میں ایک دفعہ گوشت ضرور پکتا ہے۔ گوشت ہماری زندگی کی اہم ضرورت ہے۔ گوشت نائٹروجن' چربی' نمکیات اور پانی کا مجموعہ ہوتا ہے' ہمارے جسم کے رگ و ریشے زیادہ تر نائٹروجنی مرکبات سے بنے ہوئے ہوتے ہیں۔ ہمارا جسم مشقت' ورزش اور مختلف حرکات سے جب تحلیل ہونا شروع ہوجاتا ہے اور اس کی کو صرف نائٹروجنی غذا سے پورا کیا جاسکتا ہے۔ نائٹروجنی غذا ہی سے ہمارے جسم کی نشوونما ہوتی ہے۔ ماہرین غذا کا کہنا ہے کہ پروٹین نباتاتی غذاؤں کی نسبت گوشت میں بہت زیادہ ہوتی ہے۔ مسلمانوں کو صرف حلال جانور کھانے کا حکم دیا گیا ہے۔ موجودہ ماڈرن دور کی تحقیق نے ثابت کردیا ہے کہ اللہ رب العزت نے جن جانوروں کو حرام قرار دیا ہے وہ واقعی انسانی صحت کیلئے مضر ہیں۔

گوشت کی ایک خاصیت یہ بھی ہے کہ روزانہ کھانے والے کی طبیعت میں غصہ زیادہ پایا جاتا ہے' نفسانیت بڑھ جاتی ہے' یہ لوگ زود رنج اور خود غرض بھی دیکھنے میں آتے ہیں۔ ہر انسان جو چاہے کھاسکتا ہے لیکن یہ بات ضرور ذہن میں رکھنی چاہیے کہ جو گوشت وہ کھانا چاہتے ہیں اس کی افادیت اور مضرات کیا ہیں؟ طبی ماہرین کے مطابق ہر انسان کو جو مشقت نہ کرسکتا ہو کیلئے روزانہ کا آدھ پاؤ فائدہ مند ہے۔ اس سے زائد نقصان کا باعث ہے۔ گوشت کو بھوننے کے بعد یا اس کے کباب بنا کر پکا کر ڈھکنا نہیں چاہیے' اس طرح ڈھکنے سے زہریلا اور بدمزہ ہوجاتا ہے۔ چند جانوروں کے گوشت کی خاصیت پیش خدمت کرتا ہوں تاکہ جن حضرات کو علم نہیں وہ مستفید ہوسکیں۔

**بکرا یا بکری:** اس کا گوشت زود ہضم اور صالح خون پیدا کرتا ہے' گرم مزاجوں والوں کیلئے عمدہ غذا ہے۔ چھ ماہ کے بکرے کا گوشت اگر کمزور اور لاغروں کو کھلایا جائے تو وہ طاقتور جسم کے مالک بن جاتے ہیں۔ یہ بات بھی عام مشہور ہے کہ انسان کا اگر کوئی عضو خراب ہونے کو ہو تو اس کو دو سال کے بکری یا بکرے کے بچہ کا وہی عضو کھلایا جائے تو بیمار انسان صحت حاصل کرلیتا ہے۔ مثلاً دل کے مریض کو بکرے کا دل کھلانا' پھیپھڑوں کے مرض میں مبتلا مریض کو پھیپھڑے کھلائیں تو وہ صحت پالیں گے۔ **تیتر اور بٹیر:** سل و دق' فالج اور جسمانی دردوں کے لیے بہت مفید غذا ہے۔ مقوی معدہ ہے' کمزوروں کیلئے عمدہ غذا ہے' جسم میں صفرا' بلغم اور سودا تینوں خلطوں کے فساد کو ذبح کرتا ہے۔ خفقان' تپ دق' استسقاء' فالج اور جسمانی کمزوری کیلئے نفع بخش ہے۔

**اونٹ:** دیر ہضم ہوتا ہے' مقوی باہ ہے' کالے یرقان اور پیشاب جلن کیلئے مفید ہے۔ جلندر کی بیماری کیلئے اکسیر بیان کیا گیا ہے۔ خلط فاسد پیدا کرتا ہے' اس کی کوہان کا گوشت بہت ہی فائدہ مند ہے اور کئی بیماریوں کا علاج ہے۔

**بھینس:** دیر ہضم' غلیظ اور مولد اخلاط ردی و سوداوی ہے۔ روزانہ کھانے والے عموماً بواسیر' سوزاک اور معدہ کے کئی امراض میں مبتلا ہوجایا کرتے ہیں۔ اور کم مناسب مقدار میں ڈال کر سبزیوں کے ساتھ ترکاری پکا کر کھایا جائے تو نقصان نہیں ہوتا۔ **بھیڑ:** اس کا گوشت مقوی اعضاء' بدن کو موٹا کرتا ہے' گاڑھا خون پیدا کرتا ہے' دیر ہضم ہوتا ہے' کمزور معدہ والوں کو موافق نہیں پڑتا' بواسیر کے مرض میں اضافہ کرتا ہے۔ **خرگوش:** غلیظ خون پیدا کرتا ہے' سرد امراض مثلاً فالج' لقوہ' استرخا اور کالی کھانسی کیلئے مفید ہے۔

**دنبہ:** بدن کو موٹا کرتا ہے' مقوی اعضاء اور مقوی باہ ہے مگر دیر ہضم ہوتا ہے۔ **کبوتر:** صالح خون پیدا کرتا ہے' مقوی بدن ہے' مقوی گردہ و مثانہ ہے' مقوی باہ ہے' استسقاء ذکی اور طبعی دونوں کیلئے مفید ہے۔ اس کو پکاتے وقت اگر تھوڑا سرکہ ڈالا جائے تو فائدہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ اس کے انڈے جو بچے جلدی نہ بول سکتے ہوں ان کو کھلانے سے جلدی بولنے لگتے ہیں۔ **مرغ:** صالح خون پیدا کرتا ہے۔ عقل بڑھاتا ہے۔ دماغ کو تیز کرتا ہے' مرض سرسام میں جوان مرغ کو ذبح کرکے گرم گرم سر پہ باندھا جاتا ہے جو بہترین علاج ہے۔ جوان مرغ کا گوشت بنسبت عمر رسیدہ یعنی بوڑھوں کیلئے بہت ہی مفید ہے۔ **مچھلی:** اس کا گوشت ہر طرح سے مفید ہے۔ تمام کمی کو پورا کرتا ہے۔

قسط نمبر 6

## دیمک سے نجات تجربات کے بعد

**قارئین نے دیمک سے نجات کے تجربات لکھے جو سلسلہ وار ہم امانت آپ تک پہنچاتے رہیں گے۔**

دیمک کو ختم کرنے کیلئے کافی عرصہ پہلے پڑھا تھا' ابھی اس کتاب اور شخصیت کا نام یاد نہیں۔ اس سے میں نے خود بھی بہت فائدہ اٹھایا اور جن جن کو بتایا ان کو بھی بہت فائدہ ہوا۔ امید ہے جو شخص یقین کے ساتھ کرے گا۔ وہ ضرور فائدہ حاصل کریں گا۔ جس گھر میں دیمک لگی ہوئی ہو اس گھر کی دیواروں پر اول خلیفہ سیدنا حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ۔ دوئم خلیفہ سیدنا حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ۔ سوئم خلیفہ سیدنا حضرت عثمان غنی رضی اللہ تعالیٰ عنہ۔ چہارم خلیفہ سیدنا حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ۔ پنجم خلیفہ سیدنا حضرت حسن بن علی رضی اللہ تعالیٰ عنہما۔ ششم خلیفہ سیدنا حضرت امیر معاویہ بن ابوسفیان رضی اللہ تعالیٰ عنہما۔ کسی کاغذ پر لکھ کر لٹکا دیں۔ انشاء اللہ جو دیمک ہوگی وہ ختم ہوجائے گی۔ نوٹ: ایک بات سنی ہوئی ہے جو سود کے کاروبار سے منسلک ہیں ان کے گھر پر دیمک چمٹ جاتی ہے۔ ہوسکتا ہے اس کو اس سے فائدہ نہ ہو۔

(محمد افضل رفیق رحمانی۔ محمد افضل اصغر خوشاب)

## ایڈیٹر کی قارئین سے پرزور اپیل

ایڈیٹر قارئین کا مشکور ہے کہ سابقہ اپیل' دیمک کے بارے میں' قارئین نے اپنے مشاہدات و تجربات بھیجے۔ قارئین کی امانت قارئین تک پہنچانے کیلئے ہر مہینے "دیمک سے نجات تجربات کے بعد" عبقری میں شائع ہونا شروع ہوگئے ہیں۔ فوری طور پر دو بیماریوں "نظر کی کمزوری خاص طور پر بچوں کیلئے یا بڑوں کیلئے اور نیند نہ آنے کیلئے یعنی بے خوابی" کے بارے میں اپنے روحانی یا طبی تجربات و مشاہدات' کوئی ٹوٹکہ' کوئی نسخہ' کوئی عمل ایڈیٹر عبقری کو بھیجیں ایڈیٹر آپ کا مشکور ہوگا۔ قارئین! چونکہ ڈاک بہت زیادہ ہوتی ہے۔ اس لیے لفافے پر جہاں عبقری کا پتہ لکھا ہو ایک کونے پر موٹا سا یہ لفظ ضرور لکھیں "نظر کیلئے اور نیند کیلئے" تاکہ آپ کا لفافہ فوری طور پر کھولا جائے۔ (ایڈیٹر عبقری)

اگر جسم پر دانے یا پھر چھالے وغیرہ ہو جائیں تو وہ داغ لگانے سے ٹھیک ہو جاتے ہیں بشرطیکہ دودھ کچا ہو یہی عمل خارش ہونے کی صورت میں بھی کیا جا سکتا ہے۔

# قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

## بچی کی آخری تحریر۔۔۔!!!

(سلیم اللہ کنڈیارو)

ہمارے گاؤں سے چالیس میل دور ایک شہر ہے اس میں تین چار سال پہلے عجیب واقعہ ہوا وہ اس طرح کے سکول میں گرمیوں کی چھٹیاں ہوئیں تو ایک لڑکی اپنے گھر واپس نہ پہنچی۔ لڑکی تیسری کلاس کی طالبہ تھی ہر جگہ بہت ڈھونڈا گھر والوں نے گمشدگی کی ایف آئی آر بھی درج کرائی پولیس نے بہت ڈھونڈا خود بھی انہوں نے تلاش کیا۔۔۔ مگر لڑکی نہ ملی۔ تین ماہ اسی طرح روتے دھوتے سسکتے گزر گئے۔ تین ماہ بعد جب چھٹیاں ختم ہوئیں اور سکول کھلا تو وہ بچی اپنے کلاس روم میں مردہ حالت میں ملی صرف ڈھانچہ اور کپڑے پہنے ہوئے تھے۔ اس نے اپنی کاپی پر مرتے وقت کچھ تحریر کیا تھا جو کہ درج ذیل ہے: امی میں نے گھر آنا ہے مگر یہاں وہ دروازہ بند کر کے چلے گئے ہیں امی مجھے یہاں ڈر لگ رہا ہے سکول گھر سے بہت دور ہے میں کیسے آؤں۔ میری تو کوئی آواز بھی نہیں سن رہا امی تم کہاں ہو۔۔۔؟؟؟ میں کس طرح آپ کے پاس پہنچوں۔ امی! بھوک بہت لگی ہے کیا کھاؤں۔۔؟؟؟ امی! پیاس بہت لگی ہے۔۔۔ یہاں تو پانی بھی نہیں ہے۔

بس۔۔۔!!! بالآخر اس معصوم بچی کی معصوم چیخیں اسی طرح ہمیشہ کیلئے بند ہو گئیں۔ کاش! کہ وہ والدین یا پولیس ایک مرتبہ سکول کی تلاشی لے لیتے تو ان کی بچی اس طرح سسک سسک کر نہ مرتی۔ میری سکولوں کی انتظامیہ سے درخواست ہے کہ روزانہ سکول بند کرنے سے پہلے ایک مرتبہ ہر کلاس میں دیکھ لیں کہ شاید کوئی بچہ سویا نہ ہو یا کسی باتھ روم میں نہ ہو۔

## بکری کا دودھ قدرت کا تحفہ

(شمیم الظفر عرفی، کوٹ ادو)

زمانہ ماضی و حال کے جملہ طریقہ ہائے علاج کے ماہران فن کا متفقہ فیصلہ ہے کہ دودھ میں بچوں اور نونہالوں کی غذا کا ایک ایسا جز شامل ہے جو ان کی زندگی کیلئے لازم اور ضروری ہے۔ ہمارے ملک میں اکثر گائے اور بھینس کا دودھ مستعمل ہے اگرچہ ان کا دودھ دیگر مویشیوں سے زیادہ اہمیت نہیں رکھتا اور جہاں یہ دونوں جانور نہیں پائے جاتے دیگر حیوانات کا دودھ



قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی، جسمانی نسخہ، ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں۔ اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے، یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہو سکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں، نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

استعمال کیا جاتا ہے جب ہم دودھ کے اجزاء کا مقابلہ کرتے ہیں تو معلوم ہوتا ہے کہ بکری کا دودھ بلحاظ وزن مخصوص پانی اور چربی کی مناسبت اور پروٹین وغیرہ کی موجودگی کے ان کے دودھ سے دوسرے درجہ پر ہے چنانچہ موجودہ اور گزشتہ علمی معلومات کی بنا پر یہ کہا جا سکتا ہے کہ ان کے دودھ کے بعد بکری کا دودھ بچے کی پرورش کیلئے زیادہ مفید ہے کیونکہ اس کی کم مقدار میں سے بچہ نشوونما کیلئے زیادہ غذائیت حاصل کر لیتا ہے اور اس طرح سے اس کو زیادہ زور ہضم پر لگانا نہیں پڑتا اور اس کا معدہ اور انتڑیاں بار بار خراب نہیں ہوتیں۔ بکری کا دودھ بچوں، بوڑھوں، مدقوق اور مسلول لوگوں اور عام بیماروں کیلئے مفید ہے بالخصوص ایسے مریض اس سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں جن کی نشوونما رک جائے یہ امر واضح ہو چکا ہے کہ بکری کا دودھ دق کے جراثیم سے خالی ہوتا ہے بلکہ ایسے جراثیم کا مقابلہ کرتا ہے اور تباہ شدہ نسوز کو دوبارہ نشوونما دینے میں نمایاں حصہ لیتا ہے الغرض بکری کا دودھ بہ نسبت اور جانوروں کے دودھ کے بچوں کو استعمال کرانے سے بچوں کی اموات میں بہت ہی تخفیف کا باعث ہوتا ہے۔

## زندگی میں کامیابی کا راز

(راوی: حاجی فیض محمد صاحب

ضبط و تحریر: سید واجد حسین بخاری)

میری عمر الحمدللہ اس وقت تقریباً 75 سال ہے۔ اللہ نے بہت کچھ دیا ہے اس کا جتنا شکر ادا کیا جائے کم ہے۔ زندگی میں بہت نشیب و فراز دیکھے ہیں۔ بہت گھاٹے اٹھائے ہیں نفع بھی بہت کمایا ہے اللہ پاک نے چار فیکٹریاں عطا کی ہیں اور میں سمجھتا ہوں اس میں میرا کوئی کمال نہیں ہے۔ میں نے اپنی والدہ کی بہت خدمت کی ہے اور ہم سب بھائیوں میں سے والدہ کو مجھ سے زیادہ محبت تھی وہ مجھے بہت دعائیں دیتی تھیں۔ آج جو کچھ بھی ہوں والدہ کی دعاؤں کی وجہ سے ہوں اور وہ خوش قسمت انسان ہے جس کیلئے دعائیں دینے والے موجود ہوں اور دوسری شخصیت جس نے مجھے ہر مشکل گھڑی میں دعا دی ہے اور میری مشکل آسان ہوئی ہے وہ مولانا عبداللہ رحمۃ اللہ علیہ ہیں جو کہ تقریباً تیس سال احمد پور شرقیہ میں درس و تدریس کے شعبہ سے منسلک رہے ہیں اور حیات صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین پر کتاب لکھنے کی وجہ سے ملک گیر شہرت کے مالک تھے۔ جب تک زندہ رہے مجھے دعائیں دیتے رہے۔

مشکل وقت میں جب بھی کوئی مسئلہ پھنس جاتا تھا تو میں ان کے پاس چلا جاتا تھا اور جیسا مسئلہ حل ہو جاتا تھا مولانا عبداللہ رحمۃ اللہ علیہ ہر کسی سے شفقت سے پیش آتے تھے۔ ایک دفعہ انہوں نے مجھے ایک تعویذ دیا کہ اپنے پاس رکھو۔ میرا مسئلہ کئی دنوں سے حل نہیں ہو رہا تھا جیسے وہ تعویذ میں لیکر گھر گیا فوراً میرا مسئلہ حل ہو گیا۔ یہ بھی سچ ہے کہ بزرگوں سے دعائیں لینے کیلئے بھی قربانیاں دینی پڑتی ہیں، بزرگوں کی اتنی خدمت کریں کہ وہ خود دعائیں دیں آپ کو کہنا نہ پڑے۔ خدمت میں برکت ہے۔

## مشکلات کا حل و بخشش کا آسان علاج

(ر۔ ا، اٹک)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں مندرجہ ذیل تین تحریریں متفرق طبی و روحانی خاص طور پر قارئین عبقری کیلئے بھیج رہا ہوں۔

**پھونکوں سے یہ چراغ بجھایا نہ جائے گا:** ہمارے حیات آباد (پشاور) کے ایک بڑے عالم ایک دفعہ شکاگو میں گئے وہاں ایک پادری سے ملاقات ہوئی پادری نے کہا ہمارے بڑے کہہ رہے ہیں کہ 2000ء کے بعد سے اسلام کا عروج ہے۔ پھر اس نے کہا جب اسلام غالب آ جائے گا تو آپ لوگ ہم سے کیا سلوک کریں گے؟ انہوں نے فرمایا کہ اسلام میں نہ پریشر ہے نہ تعصب ہے اور پادری کو بتایا کہ آج کل شکاگو میں بہت زیادہ لوگ دائرہ اسلام میں داخل ہو رہے ہیں یہ خود ہو رہے ہیں ان پر کوئی کسی قسم کا پریشر نہیں ہے۔ ایک دن نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم گھر تشریف لائے تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم

**معزز و مستغنی بننے کا عمل:** جو شخص چالیس دن تک چالیس مرتبہ اسم اَلْعَزِیْزُ کو پڑھے گا۔ اللہ تعالیٰ اس کو معزز و مستغنی بنا دیں گے۔

ﷺ کے چہرہ انور پر کسی بدبخت نے کوڑا کرکٹ ڈال دیا تھا حضرت زینب رضی اللہ تعالیٰ عنہا آپ ﷺ کا چہرہ انور دھلانے کیلئے پانی لائیں' چہرہ انور دھلا رہی تھیں اور ساتھ رو رہی تھیں' آپ ﷺ نے فرمایا: بیٹا رو نہیں' یہ دین جو تیرا باپ لے کر آیا ہے اللہ پاک ہر کچے اور پکے مکان میں داخل کر کے چھوڑے گا۔

یہ بات تو پکی ہو گئی کہ دین پوری دنیا میں پھیل کر رہے گا لیکن اس کیلئے اگر ہماری جان' مال' وقت استعمال ہو جائے تو اللہ پاک صدیقین کی جنت عطا فرمائیں گے۔ اس لیے ہمیں چاہیے کہ ہم دین کے کاموں میں بڑھ چڑھ کر حصہ لیں۔

**کھانسی کیلئے میرا آزمودہ نسخہ:** ایک گڑ کی حسب خوراک ڈلی کوٹ کر فرائی پین میں ڈال کر چولہے پر رکھ دیں اور اس میں تھوڑا سا پانی ڈال دیں تاکہ شربت یا چاشنی بن جائے۔ اس چائے کے مطابق اس میں چھلکا اسپغول ڈال دیں' آدھا چمچ دیسی گھی ڈال دیں' یہ حلوہ بن جائے گا اس کو ٹھنڈا کر کے آدھا ایک وقت کھا لیں آدھا چند گھنٹوں کے بعد دوبارہ کھا لیں۔ خونی پیچش کیلئے بھی بہت مفید ہے۔

**ہر مشکل کا حل:** حضور نبی اکرم ﷺ نے غزوہ خندق میں چٹان توڑنے کیلئے تین ضربیں لگائیں' ضربیں لگانے سے پہلے ہر بار سورۃ انعام کی آیت نمبر 115 پڑھی۔ یہ آیت پڑھ کر تیسری ضرب سے چٹان توڑ دی۔ یہ آیت ہر بڑی سے بڑی چٹان جیسی مشکل کا آسان حل ہے۔

## ہر قسم کے درد کا آسان علاج

(محمد عثمان چوہان' عمرکوٹ)

**محترم حکیم صاحب السلام علیکم!** میرے پاس مندرجہ ذیل دو نسخہ جات ہیں جو میں قارئین عبقری کی نذر کر رہا ہوں' میں غریب آدمی ہوں اس لیے نسخہ جات بھی نہایت سستے اور کارآمد بھیج رہا ہوں:۔ یہ نسخہ بخار' ذات الجنب کے علاوہ گلے سے لیکر مقعد تک کے تمام دردوں کو بند کر دیتا ہے بلکہ اکسیر ہے درد قولنج سے لے کر تمام دردوں کیلئے اکسیر ہے۔

**ھوالشافی:** مغز کرنجوہ سات عدد کوٹ کر پاؤ بھر پانی میں جوش دیں' جب آدھ پاؤ رہ جائے تو چھان لیں اور مریض کو نیم گرم پلا دیں انشاء اللہ فوراً افاقہ ہو گا۔

**چنبل سے نجات ھوالشافی:** ریٹھہ جس سے کپڑے اور سر دھویا جاتا ہے اس کو لیں۔ یعنی پوست ریٹھہ حسب ضرورت لے کر کھرل کریں۔ سفوف بنا کر کپڑ چھان کر کے پانی اور شہد کی مدد سے نخودی گولیاں بنا لیں۔ خوراک: ایک گولی صبح دہی کے ساتھ دیں اور شام کو صرف پانی سے نگلوا دیں۔

گولیاں خون کو صاف کرتی ہیں' آتشک جیسے خطرناک مرض کو اکسیر ہے اس کے علاوہ: خارش' پت' داد' چنبل وغیرہ امراض کو ختم کرتی ہیں۔

## جس کام کیلئے پڑھا کامیاب پایا

(ایک بہن)

**محترم حکیم صاحب السلام علیکم!** میں گزشتہ کچھ سالوں سے مسلسل ماہنامہ عبقری پڑھ رہی ہوں۔ اس سے زبردست میگزین میں نے آج تک نہیں پڑھا۔ ہمارے مطلب کی ہر چیز اس میں دستیاب ہوتی ہے۔ اس رسالے میں سے کچھ وظائف ہم نے کیے جو کہ سو فیصد کامیاب پائے ان میں سے کچھ کا ذکر میں قارئین عبقری کے فائدے کیلئے کر رہی ہوں تاکہ اور لوگ بھی کریں اور مجھے بھی دعاؤں میں یاد رکھیں!

**وظیفہ نمبر 1:** آب زم زم کے پانی پر اول و آخر درود شریف ایک بار پھر ایک بار الحمد شریف پھر تین بار سورۂ اخلاص پڑھ کر دم کریں اور پی لیں' ہر قسم کی بیماری کیلئے۔ میری بہن عرصہ 22 سال سے بستر پر پیشاب کر رہی تھی اس پانی کی برکت سے الحمدللہ بالکل ٹھیک ہو گئی ہے۔ میری امی کے جسم میں بھی کئی بڑی بڑی گلٹیاں تھیں' انہوں نے بھی یہی پانی کچھ عرصہ استعمال کیا اب الحمدللہ جسم میں گلٹیوں کا نام و نشان نہیں ہے۔ یہ وظیفہ مارچ 2009ء میں چھپا تھا۔

**وظیفہ نمبر 2:** گزشتہ چند سال پرانے ماہنامہ عبقری رسالے میں سورۂ قریش والا وظیفہ پڑھا تھا پھر جس کام کیلئے بھی سارا دن کھلا پڑھا کامیاب پایا نہایت ہی مجرب وظیفہ ہے۔

**وظیفہ نمبر 3:** قارئین! واقعی اس وظیفہ سے مشرق و مغرب کے فاصلوں پر اپنے بکھرے مقاصد کو مقناطیسی کیفیت سے پورا ہوتے دیکھا ہے۔ میں نے یہ وظیفہ خود بھی کئی بار کیا اور میری امی نے بھی۔۔۔ اور بھی بہت سے لوگوں کو بتایا انہوں نے بھی اس وظیفے کی تعریف کی۔ ''حضرت سلطان نظام الدین اولیا محبوب الٰہی قدس اللہ سرہٗ العزیز سے روایت ہے کہ جو کوئی ایک سو بار بعد نماز فجر اس وظیفے کو پڑھے گا انشاء اللہ ایک ہفتے میں اس کی حاجت پوری ہوگی اور مقصد برآری نہ ہو تو کل قیامت کے روز اس کا ہاتھ میرے دامن میں ہو۔''

وظیفہ یہ ہے:۔ بروز جمعہ یَاھُوَ یَااَللّٰہُ۔ بروز ہفتہ: یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ۔ بروز اتوار: یَاوَاحِدُ یَااَحَدُ یَاصَمَدُ۔ بروز پیر: یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ۔ بروز منگل: یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ۔ بروز بدھ: یَاحَنَّانُ یَامَنَّانُ۔ بروز جمعرات: یَامَالِکَ الْمُلْکِ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ۔ بعد نماز فجر ایک تسبیح پڑھنی ہے۔ یہ تحفہ ماہنامہ عبقری فروری 2008ء صفحہ نمبر 35 پر درج ہے۔

## دل کے امراض کا شفا بخش نسخہ

(ڈاکٹر مسز مجیر کاظمی)

دل کے امراض اور بند شریانیں کھولنے کا نسخہ اٹھارہ سالوں سے استعمال ہو رہا ہے شفا بخش مجرب نسخہ جس سے دل کی شریانیں کھولنے کے ساتھ ساتھ کولیسٹرول بلڈ پریشر کو نارمل کرتا ہے' نمونیا اور معدہ کے امراض' موٹاپا اور چربی کو ختم کرتا ہے۔ یہ اینٹی بائیوٹک کا کام بھی دیتا ہے۔ مہنگائی کے اس دور میں اس قدرتی جڑی بوٹی سے سستا دل کا علاج کرائیں اور اپنے آپ کو سو فیصد آپریشن سے بچائیں۔ **ھوالشافی:** دیسی لہسن کا رس دو کپ' دیسی ادرک کا رس دو کپ' لیموں کا رس دو کپ' سرکہ سیب دو کپ ان سب اشیاء کو ہلکی آنچ پر پکائیں جب 1/3 حصہ رہ جائے تو اس کو اتار کر ٹھنڈا کریں' پھر اس میں بیری کا شہد ایک پاؤ ملائیں۔ اب اس پر سورۂ ابراہیم کی 26 نمبر آیت 676 مرتبہ روزانہ پڑھ کر دم کریں۔ **یَاسَلَامُ یَاحَفِیْظُ** 35 ہزار مرتبہ پڑھ کر دم کر لیں۔ تمام کام باوضو کریں۔ خوراک: صبح' دوپہر' شام کھانے کے بعد ایک کپ گرم پانی میں دوائی سے دو بڑے چمچ ملا کر لیں۔ اس کے علاوہ زیتون کا تیل چار بڑے چمچ روزانہ' اجوہ کھجور اور سادہ کھجور کی گٹھلیوں کا آٹا ایک چمچ شہد کے ساتھ روزانہ لیں۔ یہ ہمارا خاندانی نسخہ ہے جو صدیوں سے قابل استعمال ہے۔ آپ بھی استعمال کریں اور ہمیں دعاؤں میں یاد رکھیں۔

## تسبیح خانہ سے بیعت ہونے کے بعد کیا کریں؟

حضرت حکیم صاحب کے سلسلہ عالیہ قادری ہجویری کے بیعت ہونے کے بعد 1۔ منتخب احادیث کا مستقل مطالعہ کریں۔ 2۔ شجرہ طیبہ کو اپنی زندگی کی ترتیب میں لائیں۔ اپنی زندگی کے معاملات پاکیزہ اور صاف ستھرے ہوں' کسی کے لین دین میں حلال و حرام کا خاص خیال رکھا جائے۔ اپنی گھریلو زندگی اور معاشرت میں بیوی' ماں' بہن بھائیوں کے ساتھ اچھا معاملہ اور خوش خلقی کا معاملہ ہو۔ کسی سے رنجش ہو تو کوشش کریں اس کے ساتھ معاملہ بہتر ہو بدکار سے بدکار انسان کے دل میں نفرت نہ ہو حتیٰ کہ کافر اور مشرک کے لیے دل میں نفرت نہ ہو بلکہ خیر خواہی کا جذبہ اور اس کی ہدایت کا فکر ہو۔ اپنے مرشد کو ہر مہینے چند دن کے بعد آخری ہر مہینے اپنے احوال اذکار' کیفیات تسبیحات لکھتے رہیں اور خاص طور پر جو اعمال نہیں کر پا رہے ان کی اطلاع ضرور دیں اور سب سے زیادہ نفع اس کو ہو گا جو مرشد کے بارے میں اچھا گمان' اعتماد اور یقین سے چلے گا۔ بیعت ہونے کے بعد درس کا سننا بہت ضروری ہے یہ واحد مرید اور مرشد کے درمیان ایک رابطہ کا ذریعہ ہے' درس کسی بھی شکل میں نیٹ' سی ڈی' میموری کارڈ' موبائل کے ذریعے مستقل سنتے رہیں اور دوسروں کو بھی درس کی ترغیب دیتے رہیں اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنی رضا عطا فرمائے اور مسنون زندگی پر دن رات چلنے کی توفیق عطا فرمائے۔

# جڑی بوٹیوں کی چائے! حیرت انگیز کمالات

علی اُسامہ

پودینے کی چائے دوائی کے لحاظ سے بہت مفید ہے۔ اس کا استعمال بدہضمی، سانس کی نالی کی سوجن، دردِ سر، کھانسی اور زکام میں کیا جاتا ہے۔ یہ چائے بہت لذیذ اور خوشبودار ہوتی ہے جس سے گیس کی تکلیف میں بھی آرام آتا ہے اور سانس میں ناگوار بو آنے کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔

جڑی بوٹیوں سے تیار ہونے والی چائے میں بعض پودوں کے صرف پتے، بعض پودوں کے پھول یا ان کی چھال یا جڑ استعمال ہوتی ہے۔ اس چائے کو پینے کے انداز بھی مختلف ہیں۔ آپ چاہیں تو سردیوں میں اسے گرم حالت میں پئیں اور چاہیں تو گرمیوں میں اس چائے کو ٹھنڈا کر کے پئیں۔ اس چائے کو بنانے کے مختلف طریقے ہیں! اگر آپ کسی پودے کی جڑ کی چائے بنانا چاہتے ہیں تو جڑ کو پیس کر سفوف بنا لیجئے، پھر پودے کے اجزا کو ابلتے ہوئے پانی میں ڈال لیں اور آگ پر تین منٹ تک جوش دیں۔

## تلسی کی چائے

یہ پودا باغیچوں میں بھی لگایا جاتا ہے۔ اس کے پتوں سے بھینی بھینی خوشبو آتی ہے۔ اس پودے کے پتے پھیپھڑوں اور گردے وستانے کے امراض میں مفید ہیں۔ اس کے پتوں کو سرکے میں اُبال کر اس کا پانی چہرے پر ملنے سے جلد کے مسامات سکڑ جاتے ہیں اور چہرہ نکھر جاتا ہے۔

## گاؤزبان کی چائے

گاؤزبان کے پتوں کی چائے دل کو قوت دیتی ہے، اگر گاؤزبان کے پتوں کے ساتھ تلسی کے پتے بھی شامل کر دیئے جائیں تو یہ گردوں، مثانے اور دل کیلئے مفید ہے۔ اس کے پتے اور پھول کی چائے خشک اور حساس جلد کیلئے مفید ہے۔

## سیاہ زیرے کی چائے

سیاہ زیرے کی چائے کے بہت سے فائدے ہیں۔ چائے بنانے سے قبل زیرہ سیاہ کو کچل لیں اور پھر گرم پانی میں ڈالیں۔ یہ چائے جگر، پتے اور نظامِ انہضام کیلئے بے حد مفید ہے۔ گیس کی شکایت میں بھی فائدہ مند ہے۔

## کاسنی کی چائے

کاسنی کی جڑ کی چائے جگر کے لیے خاص طور پر مفید ہے۔ اس کی جڑ کو آگ پر بھون لیں۔ اس کے بعد اسے پیس کر چائے بنائیں۔ یہ پتے اور جگر کی شکایت میں مفید ہے۔

## دھنیے کی چائے

دھنیے کو پیس لیجئے پھر اس کو ابلتے ہوئے پانی میں ڈال کر اچھی طرح جوش دیں۔ یہ چائے بدہضمی اور گیس کی شکایت کو ختم کر سکتی ہے۔ یہ چائے جلد کی رنگت کو نکھارنے اور خون کو صاف کرنے کیلئے بھی استعمال ہوتی ہے۔

## سویا کی چائے

سویا دراصل دھنیے اور پودینے کی طرح کا ایک پودا ہے۔ اس کی چائے شیر خوار بچوں میں پیٹ کے درد اور گیس کی شکایت کیلئے مفید ہے۔

## سونف کی چائے

اس کی چائے بدہضمی میں مفید ہے۔ چہرے کی رنگت کو صاف کرنے اور جلد کی صحت کیلئے سونف کی چائے بنا کر اس میں شہد اور دہی اچھی طرح ملا لیں۔ اس آمیزے کو چہرے اور گردن پر پندرہ منٹ لگا رہنے دیں۔ پندرہ منٹ کے بعد اپنا چہرہ اور گردن نیم گرم پانی سے دھولیں۔

## پودینے کی چائے

پودینے کی چائے دوائی کے لحاظ سے بہت مفید ہے۔ اس کا استعمال بدہضمی، سانس کی نالی کی سوجن، دردِ سر، کھانسی اور زکام میں کیا جاتا ہے۔ یہ چائے بہت لذیذ اور خوشبودار ہوتی ہے جس سے گیس کی تکلیف میں بھی آرام آتا ہے اور سانس میں ناگوار بو آنے کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔

### کچے پپیتے سے 100 فیصد پتھری کا علاج

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! یہ نسخہ میرا کیا بہت سے لوگوں کا آزمودہ ہے۔ جس نے بھی آزمایا ہے اس نے اس کو سو فیصد کامیاب پایا ہے۔ آپ بھی آزمائیں اور دعائیں دیں۔ نسخہ یہ ہے کہ کچے پپیتے سے گردے کی پتھری خود بخود پیشاب کے راستے نکل جاتی ہے۔ آپ کچے پپیتے کو نمک لگا کر یا پھر چینی لگا کر حسبِ طبیعت زیادہ سے زیادہ کھائیں۔ پتھری سو فیصد نکل جائے گی۔ (احسن تنویر، ہری پور ہزارہ)

## گھریلو مسائل کا انسائیکلوپیڈیا

### تیر بہدف وظیفہ جو عبقری سے ملا

میں عبقری کی قاری ہوں۔ میرے ایک شخص کے پاس چالیس ہزار تھے اور وہ دینے کا نام نہیں لے رہا تھا میں نے ماہنامہ عبقری میں آیت کا وظیفہ پڑھا تھا۔ میں نے یہ وظیفہ پوری توجہ اور دھیان سے پڑھا اٹھتے بیٹھتے کھلا پڑھا آیت یہ تھی۔ فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِيْنَ ظَلَمُوْا وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ﴿الانعام ۴۵﴾۔ ابھی میں نے صرف تین یا چار روز ہی پڑھا تھا کہ وہ شخص خود گھر آ کر پیسے دے گیا۔ اسی طرح میرے منہ بولی کے کاروباری لوگوں نے عرصہ تین سال سے تین لاکھ کی رقم دبائی ہوئی تھی میں نے ان کو یہی آیت بتائی۔ انہوں نے بھی صرف چار روز ہی پڑھا تھا کہ ان کا مسئلہ حل ہو گیا۔ انہوں نے ان کو رقم نہیں دی لیکن انہوں نے ان کا مال واپس کر دیا۔ میں بہت شکر گزار ہوں کہ میں نے اور میرے منہ بولی نے اس آیت سے فیض پایا۔

### دانوں سے جان چھڑانے کا آزمودہ طریقہ

ایسی خواتین اور مرد جن کے چہرے پر بہت موٹے پیپ والے دانے نکلتے ہیں اور وہ مہنگے مہنگے علاج کروا کروا کر تھک گئے ہوں لیکن دانے ہیں کہ کم ہونے کا نام نہیں لے رہے ایسے خواتین اور حضرات کیلئے ایک بہت ہی لاجواب ٹوٹکہ حاضرِ خدمت ہے: آپ روزانہ دو عدد گلو یا گڑ ضرور کھائیں۔ ایک ہفتے میں دانے کم ہونے لگیں گے اور پھر بالکل ختم ہو جائیں گے۔ نہایت ہی سادہ اور سستا نسخہ ہے۔ یہ نسخہ میں نے کئی خواتین و حضرات کو دیا الحمدللہ سب کو صحت دی آپ بھی آزمائیں اور دعائیں دیں۔

### جلے ہوئے زخم کیلئے

آپ کا جسم گرم پانی سے جلا ہو، سالن سے بھاپ سے یا براہ راست آگ سے جل گیا ہو، کسی بھی طرح جلنے کیلئے موثر ہے۔ زخم کے حساب سے سرسوں کا تیل لیں اور آدھی مقدار میں کھانے والا نمک شامل کر لیں، زخم پر فوراً لیپ کرنے سے نہ صرف ٹھنڈک پیدا ہو گی بلکہ زخم کا نشان بھی نہیں رہے گا۔ (عبقری جلد 7)

حیض کی بندش دور کرنے کیلئے دو ماشہ زعفران کو ایک پاؤ گائے کے دودھ نیم گرم میں ملا کر جب ان کر پانے رویں بے حد مفید ہے۔

# نشے میں دھت تھا کہ اذان کی آواز نے تڑپا دیا

علی رضا خان، کراچی

شام کا وقت تھا' ہر کوئی انجوائے کر رہا تھا' میں اپنے خیمہ میں تھا' کہیں دور سے ایک آواز آ رہی تھی' "اللہ اکبر اللہ اکبر" او وہ کیا۔۔۔۔؟؟؟ میں تڑپ گیا' کانپنے لگا' یہ تو اذان کی آواز تھی' دس سال بعد یہ آواز سنی تھی' اس کا تعلق روح سے تھا' میں ننگے پاؤں اسی جانب بھاگا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! رب کریم کا آپ پر خاص کرم ہے کہ اس پاک ذات نے اپنی مخلوق کی خدمت کیلئے آپ کو چن لیا ہے۔ آپ پر ذی رب کریم کا کرم ہی تو ہے کہ آپ کوئی نسخہ چھپاتے نہیں' آپ بغض کے خلاف زبانی کلامی نہیں بلکہ عملی طور پر جہاد کر رہے ہیں' ایسی فراخدلی قسمت والوں کو ہی نصیب ہوتی ہے۔ آج دکھی انسانیت آپ کی فراخدلی کے باعث شفا سے مستفید ہو کر آپ کو دعائیں دے رہی ہے۔ جناب حکیم صاحب! عبقری کا مجھ پر احسان ہے کہ اس رسالے نے آپ جیسے سچے رہنما سے مجھے متعارف کروا دیا۔ اب میں قارئین کیلئے اپنی زندگی کی داستان درج ذیل تحریر میں بیان کر رہا ہوں یقیناً بہت سوں کے ایمان کو تازہ کرے گی۔

محترم قارئین! پاکستان میں کچھ سال ایک اہم پوسٹ پر ایمانداری سے فرائض سرانجام دینے کے بعد استعفیٰ دے دیا اور پھر امریکہ جا کر رہائش پذیر ہو گیا' امریکہ میں مزید تعلیم حاصل کی' بہت محنت کی' اللہ پاک نے کرم کیا' محنت کا بہت اچھا صلہ ملا' بہترین ملازمت مل گئی' بہترین گھر اللہ نے دیا' امریکن بیوی دی گھر اللہ نے گھر بھی آباد کیا' دنیاوی ہر نعمت سے اللہ نے نوازا' لیکن روح کی کوئی خلش ہمیشہ بے چین کیے رکھتی تھی۔ میرا قیام امریکی ریاست اوہیو کے شہر کلیولینڈ میں تھا میرے ماتحت چالیس امریکن مرد و زن کام کرتے تھے سبھی میرے برتاؤ اور رویئے سے بہت خوش تھے۔ کرسمس کی چھٹیاں آ گئیں ابھی بند ہوئے چھٹیاں لاس ویگاس میں منائی جائیں تاکہ کلیولینڈ کی سخت برفباری سے جان چھوٹے' میں نے ہاں کر دی۔ بس گاڑیوں کا بہتا قافلہ میری فیملی کے سوچ مستی کرتے' راستے میں آتے تمام شہروں کا سیر سپاٹا کرتے سات دن میں اپنی منزل مقصود لاس ویگاس پہنچا۔ اس شہر کے ہر دلفریب مقام کو دیکھا' رات میں بھی دن کا سماں دیکھا' اس شہر کے عشرت کدے خلیجی ریاستوں کے شہزادوں کی دولت سے آباد ہیں۔ میرے ایک دوست نے ہمارے تمام سٹاف کیلئے ڈیزرٹ نائٹ (صحرائی رات) کا انتظام کیا' شہر سے باہر خیمے لگا کر صحرائی زندگی کا ماحول پیدا کیا گیا' شام کا وقت تھا' ہر کوئی انجوائے کر رہا تھا' میں اپنے خیمہ میں تھا' کہیں دور سے ایک آواز آ رہی تھی' "اللہ اکبر اللہ اکبر" او وہ کیا۔۔۔؟؟؟ میں تڑپ گیا' کانپنے لگا' یہ تو اذان کی آواز تھی' دس سال بعد یہ آواز سنی تھی' اس کا تعلق روح سے تھا' میں ننگے پاؤں اسی جانب بھاگا' جدھر سے آواز آ رہی تھی' میری بیوی' میرا سٹاف میرا پیچھا کر رہا تھا وہ سمجھ رہے تھے کہ باس کو نشہ زیادہ ہی چڑھ گیا ہے۔ آدھ گھنٹہ بھاگنے کے بعد اپنے آپ کو ایک چھوٹی سی مسجد کے دروازے پر پایا۔ ایک مصری مسلمان نے صحرا میں مسجد بنا رکھی تھی' وہیں مغرب کی اذان بھی سنی' روح کی دس سالہ خلش کو قرار آ گیا۔ مطلوب طالب کو مل گیا۔ چند دن بعد اپنی جاب پر واپس لوٹے لیکن اس مصری موذن کی اذان کا یہ کرشمہ تھا کہ اپنے دل اور دماغ میں کشمکش بلکہ کھینچا تانی شروع ہو گئی' دل مجبور کرنے لگا لوٹ جاؤ جہاں سے آیا۔ یہ میوزک' یہ شہر سب کچھ سراب ہی تو ہے۔ سوچ جس ماں نے پالا وہ کس حال میں ہے' بوڑھا باپ لاٹھی کے سہارے چل رہا ہو گا کل تو کسی اولڈ ایج ہوم میں ہو گا' تیری اولاد دھر ہی کسی ہوٹل میں "تھرکتی" رہی ہوگی مگر فادرز ڈے پر یقیناً مجھے کسی کوریئر کے ذریعے گلدستہ ضرور بھجوائے گی کیونکہ یہی امریکن تہذیب ہے۔ دماغ کا اصرار یہ تھا یہ عیش دیش میں کہاں؟ یہ نعمتیں وہاں کہاں؟ امریکن نیشنلٹی' بہترین گھر' بہترین علاج معالجہ' کاریں' ڈالرز۔۔۔ آخر دل جیت گیا' ہر دنیاوی آسائش پر لات ماری' سب کچھ امریکن بیوی کے حوالے کیا حتیٰ کہ امریکن نیشنلٹی چھوڑی اور پاکستان آ بسا۔ یہاں شادی کی اللہ نے بیٹے بھی دیئے' بیٹیاں بھی دیں۔ یہاں آنے کے بعد کراچی میں مسجد کے سامنے فلیٹ خریدا' پانچوں وقت اذان کی آواز سکون دیتی ہے' کراچی کے مضافاتی علاقے میں ڈیری فارم اور برائلر فارم کھولا۔ اب میری روح کو سکون ہے۔

> **(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)**
>
> جس کی وجہ سے میری والدہ اور میں بہت زیادہ پریشان رہتے' ایک دن عبقری میں روحانی محفل دیکھی اور میں نے بیٹے کی نیت کر کے روحانی محفل کرنا شروع کر دی' یقین جانیے! ابھی میں نے صرف پانچ یا چھ روحانی محفل کیں اور توجہ کے ساتھ کیں کہ میرا ایک بہت ہی بہترین جگہ پر رشتہ طے ہو گیا اور اب الحمدللہ! اگلے ماہ میری شادی ہے۔ (محمد شہریار خان' راولپنڈی)



# حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں اور مراقبہ بھی کرواتے ہیں۔ قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

پیاسوں کو جام محبت پلانے' جام رسالت صلی اللہ علیہ وسلم پلانے کیلئے پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی بے پناہ خدمات ہیں' آپ رحمۃ اللہ علیہ نے یہ جام غزنی سے پیا' غزنی افغانستان کا مشہور صوبہ ہے' روایات میں سبکتگین کا نام بھی آتا ہے۔ یہ محمود غزنوی رحمۃ اللہ علیہ کے والد تھے اور اس کو بخت کیسے لگا' اس نے ایک ہرنی کا پیچھا کیا' یہ سردار تھا' ہرن تو بھاگ گئی مگر جو اس کا بچہ تھا وہ اس کا ساتھ نہ دے سکا اس نے بچے کو پکڑ لیا' اب جب یہ آگے چلا تو اسے پیچھے آہٹ محسوس ہوئی' دیکھا پیچھے پیچھے ہرنی آ رہی تھی اور درد پیاس اور بھوک سے نڈھال تھی' اس کے اندر ایک آواز آئی کہ جیسے یہ ہرنی مجھ سے کہہ رہی ہے کہ میری ماتا کو تڑپا کر تو کہاں خوشیاں تلاش کر رہا ہے' مجھے تڑپا کر تو خوش کیسے رہ سکے گا' میں شام کو دودھ کس کو پلاؤں گی' مہربانی کر کے مجھے میرا بچہ واپس کر دے۔ بس یہ آواز اندر اٹھی تو اس نے ہرنی کا بچہ چھوڑ دیا۔ رات کو سرور کونین صلی اللہ علیہ وسلم خواب میں آئے' آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ناصر الدین تو نے ایک ہماری ایک مخلوق پر رحم کیا ہے اللہ تجھ پر رحم فرمائے گا' اللہ تجھے ملک دے' تجھے مال دے گا۔ آج کی باتوں سے ہمیں کیا سبق ملا' ایک تو پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کا تعارف ملا اور دوسرا استغفار کی اہمیت کا پتہ چلا کہ اسلام میں اس کی کیا اہمیت ہے' استغفار کا نچوڑ ہے کہ مومن کی نظر جب اٹھے تو اللہ پا ٹھے' ساری کشف المحجوب جتنی بھی ہے سب توحید کی طرف بلاتی ہے۔ آپ رحمۃ اللہ علیہ نے بھی یہی سبق دیا کہ اللہ سے مانگنا ہے' اللہ سے لینا ہے' اللہ ہی سے ہوتا ہے' اللہ ہی کرتا ہے' اللہ کے بغیر کوئی کچھ نہیں کر سکتا آگے استغفار کی وضاحت لکھی ہے کہ میری پہلی نظر اللہ تعالیٰ کی ذات عالی کی طرف اٹھی۔ یاد رکھنا! جس دل میں لا الہ الا اللہ محمد رسول اللہ نہیں ہے وہ پتھر ہے اور جس دل میں کلمہ ہے وہ دل مٹی ہے' ہاں ردی بنجر تو ہو سکتی ہے' مگر مٹی پھر آباد ہو جایا کرتی ہے پتھر کبھی آباد نہیں ہوتے۔

ظالموں کے ظلم اور قہر سے بچنے کا عمل: جو شخص روزانہ صبح و شام 226 مرتبہ اسم الجبّارُ کو پڑھے گا ان شاء اللہ تعالیٰ ظالموں کے ظلم اور قہر سے محفوظ رہے گا۔




# جنات کا پیدائشی دوست

## علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے، اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں۔ لیکن اس پر اسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

**سورۂ مزمل کی طاقت و تاثیر:** جب بھی ہم سورۂ مزمل کی طاقت اور تاثیر پر نظر ڈالتے ہیں ہم اتنا گہرائی میں چلے جاتے ہیں کہ سمندروں کے نیچے تہہ میں رہنے والے جنات پر بھی یہ سورۂ مزمل اثر کرتی ہے اور سورۂ مزمل ایسے جنات جو خزانوں پر قابض ہوتے ہیں یا نگران ہوتے ہیں ان کو دوست موافق اور مخلص بناتی ہے اور ان سے محبت اور پیار بڑھاتی ہے۔ سورۂ مزمل زندگی ہے روشنی ہے محبت ہے پیار ہے راستہ ہے منزل ہے راہ ہے خوشی ہے عظمت ہے عروج ہے کمال ہے ولولہ ہے فرشتوں کا ساتھ ہے نیک جنات کی محبت اور ان کا ساتھ اللہ کی رضا اور اللہ کے حبیب ﷺ کی خوشنودی ہے۔ **انوکھے رمضان کی زندگی کے تجربات:** میری رمضان کی مصروفیات کچھ ایسی رہیں کہ زندگی ان مصروفیات میں بس کھوئی رہی ایک تو ہمارا اپنا رمضان روزے تراویح ذکر اور تلاوت کے معاملات پھر جنات کا رمضان جنات کا رمضان جیسے کہ میں نے پہلے بھی اس کا تذکرہ کیا واقعتاً بہت انوکھا ہوتا ہے اور اس انوکھے رمضان کی زندگی میں میں نے بہت تجربات دیکھے جنات چور بھی ہوتے ہیں زانی بھی بدکار بھی لیکن آخر سب تو ایسے نہیں ہوتے ان میں ایسے جنات بھی ہوتے ہیں جو اولیاء جنات ہیں زندگی میں ہر قسم کے جنات سے میرا واسطہ پڑا اور سب جنات نے مجھے اپنے اپنے رنگ دکھائے۔ **غریب جن کا کھانا اور برتن چور:** ایک دفعہ ایک جناتی سفر میں میرے ساتھ کھانے میں ایک جن شریک تھا ایک غریب جن کا کھانا تھا اس نے سادہ سی چیزیں پکائی ہوئی تھیں کیونکہ اسے پتہ ہے کہ مجھے سادہ چیزیں سادہ زندگی سادہ لوگوں کے ساتھ بیٹھنا اور سادہ انداز اختیار کرنے والے کی دوستی شروع سے پسند ہے۔ **کھانے کے ساتھ برتن بھی گم:** وہ جن میرے ساتھ بیٹھا کھانا کھا رہا تھا میں نے محسوس کیا کہ وہ کھانا بہت تیزی سے کھا رہا اور بہت زیادہ کھا رہا۔ میں حیران بھی ہوا۔۔۔ لیکن میں نے زیادہ اس کا احساس نہ ہونے دیا لیکن احساس میں مجھے ایک احساس ضرور ہوا کہ تھوڑی ہی دیر میں برتن کم ہونا شروع ہو گئے برتن بیچنے نہیں تھے میں نے کہا شاید میزبان دسترخوان سمیت رہے ہیں کیونکہ میرے علاوہ بیس چالیس جنات اور بھی تھے میں کھانا کھا چکا تو میرے ساتھ میزبان جن باتیں کرنے لگا باقی سب جنات اُس جن سمیت جا چکے تھے۔ **ایک چور جن:** مجھے کہنے لگے آپ نے محسوس کیا کہ یہ جن کون تھا؟ میں نے کہا نہیں میں نے کوئی خاص توجہ نہیں دی۔ کہنے لگے یہ دراصل ایک چور جن تھا چونکہ ہمارے رشتہ داروں میں شامل تھا اور میں صلہ رحمی کے طور پر اس کو بلا کر لایا ہوں لیکن اس نے اپنا کام پھر بھی کر دکھایا میرے کئی برتن چوری کر کے لے گیا۔ **جنات کے ہاں بھی چور:** میں نے دانستہ ایک سوال کیا اچھا۔۔۔! کیا آپ کے ہاں بھی چور ہوتے ہیں؟ اس نے ٹھنڈی آہ بھری اور کہنے لگے شاید پوری تاریخ انسانیت میں اتنے چور نہیں ملے اور نہ ہونگے اور نہ آئیں گے بھی نہیں جتنے کہ جنات میں چور ہوتے ہیں۔ چوری کے لیے نظر نہ آنا ضروری ہے اور چوری کے لیے حجاب ضروری ہے انسان چوری کے لیے سو طریقے اختیار کرتے ہیں اور جنات کو خود طریقہ اختیار کرنے کی ضرورت نہیں وہ تو خود نظر نہ آنے والی مخلوق ہے۔ اس کی وجہ سے ان کی چوری آسان ہوتی ہے اور انہیں چوری میں زیادہ تقویت ملتی ہے۔ **صرف سونا چوری کرنے والا جن:** کہنے لگے: ہمارے قبیلے میں ایک چور تھا جو انسانوں کا صرف سونا ہی چوری کرتا تھا اس کے پاس سونا رکھنے کی جگہ نہیں ہوتی تھی اور حتیٰ کہ بادشاہوں کے محلات اور پرانے خزانوں سے سونے کے بڑے بڑے برتن جن میں ہیرے جواہرات لگے ہوتے تھے چوری کر کے لاتا تھا وہ ساری زندگی جھونپڑی میں رہا اور حیرت انگیز بات یہ ہے وہ زیورات سونے کے برتن مال و دولت جواہرات اتنی رقم پیسہ اس کے کام نہ آیا۔ وہ کھانے پینے میں اور جینے بچھونے میں ہمیشہ سادہ زندگی اختیار کیے ہوئے تھا اور میں حیران ہوتا تھا۔ **جس کے پاس بھی وہ سونا گیا دکھی رہا:** اس کے مرنے کے بعد وہ سارا زیور اس کے خاندان والوں نے ایسے بانٹا کہ جیسے چھینا جھپٹی سے بانٹتے ہیں اور وہ اس کی زندگی میں کبھی میں نے سکھ نہیں دیکھا تھا اور ان زیورات کو پانے والے کی زندگیوں میں سکھ میں نے اب بھی نہیں دیکھا اور کیسے سکھ دیکھ سکتا تھا کہ لوگوں سے چھینا ہوا مال اور لوگوں سے چھینی ہوئی دولت آخر اس کو کیسے سکون دے سکتی تھی؟ اب عالم یہ ہے کہ جن جن لوگوں کے پاس وہ مال گیا ہے ان لوگوں میں جھگڑے لڑائیاں پریشانیاں بیماریاں اور نا معلوم کیا ہے کیا۔۔۔؟ **میں خود بھی چور تھا:** پھر خود اپنا تجربہ بتانے لگے کہ پہلے میں خود بھی ان میں سے ہی تھا اور میں بہت کمایا ہوا مال دار تھا لیکن وہ سارا مال بھی چوری کا مال تھا۔۔۔!

**شامی بزرگ اور میرے چچا جان:** شام میں ایک بزرگ تھے میرے چچا ان کے پاس آتے جاتے تھے بڑے اللہ والے تھے عربی بولتے تھے عرب تھے اور اہل بیت ؓ کی آل میں سے تھے۔ میرے چچا ان کے پاس بہت زیادہ آتے جاتے تھے ایک دفعہ میرے چچا زبردستی مجھے لے گئے ان کے ہاں گیا ان کی زندگی بہت عالیشان تھی بہت بڑا محل نما مکان اعلیٰ لباس اعلیٰ برتن اعلیٰ کھانے خادم غلام گھوڑے سواریاں میں حیران ہوا۔۔۔! میں نے اپنے چچا سے کہا چچا! یہ تو بزرگ معلوم نہیں ہوتے یہ تو دنیادار انسان سرمایہ دار شخص ہیں۔ میرے چچا نے کوئی جواب نہ دیا جب میں ان کی خدمت میں پہنچا تو مجھے دیکھ کر مسکرائے۔۔۔!!!

**دولت اللہ کی نعمت:** کہنے لگے آپ نے سچ کہا: میں دنیادار آدمی ہوں سرمایہ دار ہوں بلکہ دنیادار کہنا لیکن۔۔۔ آپ کو علم نہیں یہ دولت مجھے ورثے میں ملی ہے اور دولت کا اظہار اس لیے کہ غریب آ کر مجھ سے سوال کریں اور اس کا اظہار اس لیے کہ اللہ کی نعمتوں کا اظہار ہو جو اللہ نے قرآن میں فرمایا ہے پھر انہوں نے مال دار صحابہ ؓ مال دار اہل بیت ؓ مال دار انبیاء، مال دار اولیاء کہ جن کے پاس مال و دولت اور جواہرات کا ذخیرہ ہوتا تھا کا بہت تذکرہ کیا مجھے اپنی سوچ پر شرمندگی ہوئی۔ ... ی زندگی میں انقلاب: میں تیرا

دن وہاں اپنے چچا کے ساتھ رہا بس وہ تیرہ دن کیا تھے' میری زندگی میں انقلاب آ گیا اور میری زندگی کے دن رات بدلنا شروع ہو گئے' میری سوچیں بدلنا شروع ہو گئیں' میری عقل' میرا شعور اور میرے دلوں کے راستوں میں تبدیلی آنا شروع ہو گئی حالانکہ انہوں نے مجھے کوئی وظیفہ کوئی تسبیح نہیں بتائی تھی' ان کی زندگی میں مسلسل دولت' مال بہت بڑا کاروبار بہترین بزنس لیکن نامعلوم کیا تھا۔ **سچے دل سے خدمت کریں تو پکی راہیں کھلتی ہیں:** چند دنوں کے بعد مجھے انہوں نے ایک چھوٹا سا وظیفہ بتایا بس ایک بات بار بار کہی یہاں کچھ دن رہو مجھے پھر محسوس ہوا کسی اللہ والے کی صحبت میں اگر سچے دل سے رہا جائے (وہ میزبان جن جس نے مجھے بااصرار کھانے پر بلایا تھا یہ بات کرتے ہوئے رو رہا تھا اور روتے روتے اس کی ہچکی بندھ گئی) میں اس بات کو پھر دہراؤں گا کہ سچے دل سے اللہ والے کی خدمت کی وجہ کیا ہوتی کوئی انسان اگر سچے دل سے کسی اللہ والے کی صحبت یا خدمت میں رہے تو سچے دل سے پکی راہیں اور سچے راستے کھلتے ہیں۔ **جذبہ و تڑپ کے بغیر منزل نہیں ملتی:** اگر انسان کسی اچھی ہستی کے ساتھ بہت عرصہ بھی رہے اور دل میں وہ تڑپ نہ ہو اور دل کے اندر وہ جذبہ جو ہونا چاہیے تو وہ کبھی وہ راستے اور منزل کو نہیں پا سکے گا بلکہ ہر وقت شکوہ ہی کرتا رہے گا کہ فلاں میں یہ غلطی' خامی اور نقص تھا۔ کہنے لگے: میں وہاں تیرہ دن رہا لیکن تیرہ دن رہا ایسے جیسے لوہا مقناطیس کے ساتھ چپکا رہتا ہے حتیٰ کہ مرشد کی موجودگی اور غیر موجودگی میں ان کی خانقاہ سے چپکا رہا۔۔۔ ذکر استغفار' بس وہاں موجود ہوتے تھے تو ان کی محفل میں بیٹھتا اور اگر موجود نہیں ہوتے تو وہاں کی خدمت میں لگا رہتا اور عجیب بات یہ ہے کہ مجھے وہاں کی خدمت میں مزہ آتا تھا شیخ نے مجھے جو کر بتایا تھا فرمایا کہ بس تم صرف اور صرف استغفار کرتے رہو' میں سارا دن استغفار کرتا اور مجھے پچھلی زندگی کا ایک ایک حرف ایک ایک لمحہ ایک ایک لفظ ایک ایک قدم یاد آتا اور میں روتا' میری تسبیح کے دانے بھی گرتے اور آنسو بھی گرتے اور میں مسلسل استغفار پڑھتا رہا' وہ میزبان جن ٹھنڈے پانی کے گھونٹ پینے کے بعد پھر اپنی بات میں شروع ہو گیا اور وہ کہنے لگا میری زندگی کے دن رات بدلنا شروع ہوئے۔ **اب زندگی کی سوچوں اور عمل کو بدلنا ہے:** تیرہ دن کے بعد میں اپنے گھر آ گیا اور میں نے فیصلہ کیا کہ سب سے پہلے تو چوری شدہ مال میں سے واپس دینا ہے دوسرا فیصلہ کیا کہ میں نے اپنی زندگی سوچوں شعور کو بدلنا ہے' اپنے عمل کو بدلنا ہے' ایک چیز کا مجھے احساس ہوا کہ استغفار نے مجھے بہت کچھ دیا' مجھے نماز میں مزہ آنے لگا اور میں نے جن جن لوگوں کے گھروں سے چوریاں کی تھیں ان کے گھر چپکے سے چیزیں رکھ کے آیا اور بہت سی چوریاں میں خود استعمال کر چکا تھا۔ **نیت کا اثر رزق میں برکت:** میں نے فیصلہ کیا میں نے وہ ساری چیزیں واپس کرنی ہیں' نامعلوم میری نیت کا اثر پڑا میرے رزق میں برکت آنا شروع ہو گئی اور میری زندگی میں خیریں بڑھنا شروع ہو گئیں اور میں آہستہ آہستہ ایک چھوٹے سے کاروبار کی طرف بڑھا اب اللہ کا فضل ہے کہ میری گزارے سے زیادہ روزی ہو جاتی ہے اور میں ہر مہینے اس میں سے بچا کر ایسے لوگ جن کا مال یا چیزیں میں نے چوری کی تھیں وہ کمیاں بھی میں اسی مال سے پوری کر رہا ہوں۔ **مجھے استغفار سے عشق ہے:** مجھے استغفار سے عشق ہے' مجھے استغفار سے محبت ہے' کوئی مجھے کہے کہ دنیا کے سارے خزانے لے لے اور استغفار چھوڑ دے میں ہرگز نہیں چھوڑوں گا۔ کیوں۔۔۔؟ استغفار نے مجھے روح کی دولت دی' ذہن کی' من کی' تن کی دولت دی ہے' میں استغفار کرنے سے بہت ساری بیماریوں سے نکل آیا ہوں' میں استغفار کرنے سے بہت سی مصیبتوں سے نکل آیا ہوں اور سب سے بڑی مصیبت گناہوں کی مصیبت ہے اور زندگی میری ایسے انداز سے آگے نکل گئی کہ مجھے احساس نہ ہوا۔ میں اپنی زندگی میں مایوس سے مایوس تر ہو رہا تھا لیکن میں مایوسیوں سے نکل کر اس شاہی درویش کی برکت سے ایسی راہوں پر آ پایا ہوں کہ جو آج اس بات کی دلیل ہیں کہ آپ آج میرے دسترخوان پر بیٹھے ہیں۔ **اللہ والے کی صحبت اور استغفار کا کمال:** اب میری کوشش ہوتی ہے کہ اپنے دسترخوان پر چوروں' بدکاروں' ڈاکوؤں کو بلاؤں' وہ چور' وہ بدکار' وہ ڈاکو وہ سب آتے ہیں میں حسب توفیق انہیں کھلاتا ہوں' میری کئی عرصے سے خواہش تھی آپ میرے دسترخوان پر آئیں اور رمضان المبارک میں آئیں اور اپنے دسترخوان پر میں آپ کو سحری کراؤں اور ان لوگوں کو بھی بلاؤں' وہ لوگ جو میرے ساتھ تھے' ان میں اکثریت چور' ڈاکو' بدمعاش' بدکار تھے ان میں سے اکثریت ایسے لوگوں کی ہے جن کی زندگی آہستہ آہستہ بدل گئی ہے میں بے شمار لوگوں کو اس شاہی بزرگ کے پاس لے جاتا ہوں' وہ بہت بوڑھے ہو گئے ہیں' ان کی ملاقات بہت کم ہے لیکن ہم ہفتوں وہاں ٹھہرتے ہیں' کبھی کبھی ان کی ملاقات اور دیدار ہو جاتا ہے اور یوں میں اپنی زندگی میں ایک ایسی تبدیلی لا چکا ہوں کہ میں سمجھتا ہوں میری تبدیلی میں ایک اللہ والے کی صحبت جو سب سے پہلی چیز ہے اور سب سے اہم اور ضروری چیز ہے اور دوسرا استغفار! استغفار سے اتنی برکت' کمال کہ میں خود حیران۔۔۔ اب میں نے ان سب کو استغفار پر لگایا ہوا ہے جس جس کو بھی استغفار پر لگایا ہوا ہے وہ سب کامیابی کی اعلیٰ راہوں پر' برکتوں میں' رحمتوں میں' خوشیوں میں' کامیابیوں میں' عزت اور شان و شوکت میں ایسے بڑھ رہے ہیں کہ خود میری عقل حیران ہے اور میں خود پریشان ہوں اتنی برکت' اتنا کمال' اتنی وسعت اتنی کامیابی اور اتنی عزت۔۔۔ میں حیران ہوں اور ہاں بہت حیران ہوں۔۔۔! اور اتنا حیران ہوں کہ میری حیرانی سنبھالی نہیں جاتی اور ہاں میں تذکرہ کر دوں شاہی بزرگ نے کونسا استغفار بتایا ہوا ہے وہ ہے اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ بس میں اسی کو پڑھتا ہوں اور پڑھتا ہوں اور پڑھتا ہوں اور لاکھوں پڑھتا ہوں۔۔۔! میرا ایک چور جن جو کہ پرانا دوست تھا وہ مجھے کہنے لگا کہ میں نے جب سے استغفار پڑھنا شروع کیا تو مجھ سے مال سنبھالا نہیں جاتا' رزق سنبھالا نہیں جاتا' برکتیں جو ہیں میری زندگی کو احاطہ کیے ہوئے ہیں' رزق جو ہے اللہ نے اتنا بڑھا دیا ہے کہ گمان نہیں کر سکتا۔ مال میں' رزق میں' وسعت میں اتنا آگے نکل گیا ہوں کہ میری زندگی شاندار ہو گئی ہے۔ **میزبان جن کا بیٹا اور استغفار کے فضائل:** میزبان جن کہنے لگا آپ مجھے بھی وقت دیں کہ آپ استغفار پر کچھ اپنے کلمات بیان کریں' میں نے ان سے وعدہ کیا کہ ضرور کبھی وقت دوں گا اور استغفار پر وہ کلمات بیان کروں گا جو اس کی تاثیر اور کمال میں اور خاص طور پر یہ چھوٹا سا استغفار بظاہر چھوٹا سا ایک لفظ ہے لیکن اس لفظ میں بہت کمال ہے۔ میزبان جن کا میں نے شکریہ ادا کیا کہ اسی دوران اس کا بیٹا آ گیا موصوف قرآن کا حافظ ہے' سبزی کا کام کرتا ہے' شادی شدہ ہے' دو بیٹے ہیں' تیسرے بچے کی ابھی امید ہے' مجھے نہایت محبت سے ملا' اپنے کاروبار سے واپس آیا تھا' جنات کے ہاں کاروبار صبح و شام' دن و رات ہوتے ہیں۔ انہوں نے اپنے اوقات کا تعین کیا ہوا ہے میں نے ایسے ہی پوچھ لیا کہ حافظ صاحب آپ بھی استغفار کرتے ہیں یا نہیں۔ مجھ سے کہنے لگا کہ اس استغفار کی برکتیں' اگر میں آپ کو بتاؤں تو پھر آپ اپنا سفر ملتوی کر دیں گے واپس نہیں جائیں گے۔ آپ ہمارے ہاں کئی دن ٹھہریں گے خاص طور پر اس لفظ کے کمالات بتانا شروع کر دوں۔ مجھے واپسی کی جلدی تھی میں نے آنا تھا لیکن جلدی جلدی میں حافظ صاحب نے مجھے بتایا کہ میں جب بھی کوئی مشکل ہوتی ہے استغفار کرتا ہوں' میری منزل آسان' مسئلہ حل اور مشکل دور ہو جاتی ہے۔ (جاری ہے)

**حافظ صاحب کے استغفار پر بتائے ہوئے انوکھے کمالات آئندہ پڑھنا نہ بھولیں!**

چند قطرے زیتون کے پتوں کے رس کو گرم کر کے شہد ملا کر کان میں ٹپکانے سے کان کی پھنسی، میل کی زیادتی اور اس سے پیدا ہونے والے بہرہ پن میں مفید ہے۔



# دشمن جن کو دوست بنانے والا لاجواب عمل

عین اسی وقت میں اپنی بیٹی کے پاس جوس لے کر گئی تو وہ بری طرح گھورنے لگی بولی کون ہو تم؟ کیوں آئی ہو؟ میں بھی دروازوں کا اثر ہے قریب گئی تو زور سے مجھے دھکا دیدیا۔ کہنے لگا دفعہ ہوجاؤ یہاں سے میں نے کانپتے ہوئے آواز بلند آیت الکرسی پڑھنا شروع کردیا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ کو ایمان کیساتھ درازی عمر عطا فرمائے آمین! کل رات ایک ایسا واقعہ پیش آیا کہ قلم اٹھانے پر مجبور ہوگئی۔ زندگی میں پہلی مرتبہ کسی جن سے مکالمہ ہوا۔ ہمارے گھر میں چند دنوں سے عجیب باتیں رونما ہو رہی تھیں' عبقری کا کوئی وظیفہ شروع کرتی تو پڑھنا یاد ہی نہ رہتا۔ اب اصل واقعہ بیان کر رہی ہوں جو عام لوگوں کیلئے تو ناقابل یقین ہے مگر جن کے ساتھ ایسے واقعات بیت چکے ہیں ان کیلئے نہیں۔ میری بیٹی ایک ذہین اور ہونہار طالب ہے اس کا نویں جماعت کا رزلٹ آنے والا ہے' دو دن پہلے رات کو شدید پیٹ میں درد ہوا' ہم لے کر اسے ہسپتال چلے گئے انہوں نے چیک کیا تو کہا کہ اس کو اپنڈکس ہے وہ بھی خطرناک پوزیشن میں ابھی آپریشن کرنا ہے' خیر آپریشن کے چوبیس گھنٹے بعد ہم گھر آگئے مگر بچی پھر بھی تکلیف میں تھی' میرے شوہر اکثر گوشت کا صدقہ گھر کی چھت پر ڈالتے ہیں مگر اس مرتبہ میرے شوہر گوشت صدقہ کرنے کیلئے لائے تو کچھ دیر میں اس میں سے شدید بدبو آنا شروع ہوگئی جب چھت پر ڈالا تو کسی پرندے نے اسے منہ تک نہ لگایا۔ عین اسی وقت میں اپنی بچی کے پاس جوس لے کر گئی تو وہ بری طرح گھورنے لگی بولی کون ہو تم؟ کیوں آئی ہو؟ میں بھی دروازوں کا اثر ہے' قریب گئی تو زور سے مجھے دھکا دیدیا' کہنے لگا: دفعہ ہوجاؤ یہاں سے' میں نے کانپتے ہوئے باآواز بلند آیت الکرسی پڑھنا شروع کردی تو بولا چپ کرا سے نہ پڑھ۔۔۔ تھوڑی دیر کے بعد میں نے اذان اور افحسبتم کا عمل شروع کردیا تو بولا مجھے کیوں جلا رہے ہو' تم نے مجھے آگ لگادی ہے' بند کرو' سب گھر والے اکٹھے ہوگئے اور ہم نے باآواز بلند یاقہار کا ورد شروع کردیا' پانی پر یاقہارُ پڑھ پڑھ کر دم کرکے بچی پر چھڑکا اور پلانے کی کوشش کی بہت مشکل سے پانی بچی کے منہ میں ڈال سکی' تھوڑی دیر بعد وہ جن اس ورد کے نعرے لگانے لگا' ہم سب بھی پڑھ رہے تھے' گھر کا دروازہ بجا اس نے کھولنے سے منع کردیا' موبائل بجا تو بھی ریسیو کرنے سے منع کردیا' کچھ دیر بعد میری بچی مسکرائی اور جن میرے ہاتھ پکڑ کر شکریہ ادا کرنے لگا' تم نے مجھ پر احسان کیا' میرے بچوں کو بچالیا' میں آپ کی بیٹی کی مدد کروں گا۔ میں نے اسے کہا: ہم تمہیں اللہ اور اس کے رسول ﷺ کا واسطہ دیتے ہیں یہاں سے چلے جاؤ' اس نے کہا جو چیز صدقہ کیلئے چھت پر ڈالی ہے وہ لاؤ' ہم لے آئے اس نے یاقہارُ کا پانی اس پر ڈالا تو وہ گوشت اسی وقت جل گیا' اس نے کہا میں کہاں جاؤں؟ وہ مجھے مار دیں گے' میں نے اچانک کہا: تسبیح خانہ میں چلے جاؤ وہاں تمہیں کچھ نہیں ہوگا' پھر علامہ لاہوتی کے نعرے لگانے لگا' کہنے لگا ہاں میں ان تک پہنچ گیا' اب میں تم لوگوں کی مدد کروں گا' پھر کہنے لگا اب بچی کے تن پر جو کپڑے ہیں وہ تین انچ لمبے چاقو سے کاٹ دو' پھر نماز مغرب پڑھنے کے بعد کہنے لگا تم لوگ سچی نہیں ہوگئی ہو' میں کہا اب میں جاتا ہوں کوئی بھی مسئلہ ہو میری ضرورت ہو تو 10 مرتبہ یاقہارُ پڑھنا میں آجاؤں گا' میں وعدہ کرتا ہوں آئندہ تمہاری بچی کو تنگ نہیں کروں گا۔ خدا حافظ! اس کے بعد میری بیٹی بولی امی میرا جوس دو' ناجولائی تھی' ہم سب نے خدا کا شکر ادا کیا کہ اتنی بڑی مصیبت اللہ کے کرم اور آپ اور علامہ صاحب کی مدد سے حل ہوگئی۔ (و۔د)

قارئین! عبقری میں چھپنے والا کوئی بھی عمل، وظیفہ کرنے سے آپ کو جادو جنات سے چھٹکارا ملا ہو یا آپ پر کیا گیا جادو ختم ہوا ہو تو وہ مکمل عمل اور اس کی مکمل روداد تفصیل کے ساتھ دفتر ماہنامہ عبقری میں بھیجئے۔ آپ کا یہ عمل لاکھوں کیلئے فائدہ مند ثابت ہوگا اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ ہوگا۔

## امتحان میں سو فیصد کامیابی کا خاص وظیفہ

کوئی وقت مقرر کرکے گیارہ ہزار مرتبہ یَاحَسِیْبُ باوضو اور قبلہ رو ہوکر پڑھنا ہے۔ تین دن کا عمل ہے یعنی ٹوٹل 33 ہزار بار پڑھنا ہے' گیارہ روپے صدقہ کرنا ہے' اول و آخر گیارہ مرتبہ درود پاک پڑھنا ہے۔ فیل ہونے کا ڈر ہو تو زبردست وظیفہ ہے۔ (ن۔ملک' راولپنڈی)

بنت یونس' کراچی

# بیوی نے عالم بنادیا

اُس وقت میری آنکھیں کھلیں' میں تو بچوں کا رازق خود کو سمجھتا تھا' آج کے بعد اسلام کو سیکھوں گا جو آج تم نے مجھے سمجھایا۔

احسان دانش ایک مزدور تھا' اَن پڑھ تھا' اَن پڑھ عورت سے شادی ہوئی لیکن اُس لڑکی کی ماں دیندار تھی' پردے کی پابند تھی' احسان دانش کے دو بچے بھی تھے' ایک دن کام نہ ملا' دوسرے دن' تیسرے دن' سر پکڑ کر بیٹھ گیا' بیوی نے دیکھا کہ پریشان ہے' پوچھا تو کہنے لگا ابھی تمہیں تمہاری پریشانی ہے' کوئی اُدھار بھی تو نہیں دیتا۔ بیوی نے کہا بس اتنی سی پریشانی ہے۔۔۔ کہا ہاں۔۔۔! کہنے لگی: مجھے میری امی نے ایک مسئلہ بتایا تھا وہ آپ کو بتا دوں؟ کہا ہاں بتاؤ۔ کہنے لگی: آپ جانتے ہیں کہ میں باپردہ ہوں' کبھی آپ کی اجازت کے بغیر گھر سے باہر قدم نہیں نکالا' نماز کی بھی پابند ہوں' پردے کی بھی۔۔۔ کیا آپ اس کی گواہی دیتے ہیں؟ شوہر نے کہا ہاں! کہنے لگی: یہ بتاؤ مجھے پردے میں رہنے کا حکم کس نے دیا؟ کہا اللہ نے۔۔۔! کہنے لگی: اللہ کو پتہ ہے پردے والی عورت نہ دکانداری کرسکتی ہے' نہ لمبی چوڑی ڈیلنگ' نہ دیہاڑی لگا سکتی ہے' اللہ کو پتہ تھا ناں۔۔۔! شوہر نے کہا ہاں! کہنے لگی: اس کے باوجود بھی اللہ نے حکم دیا؟ کہا ہاں! کہنے لگی: اب یہ بتاؤ کون سا دنیا کا ایسا جرنیل ہے جو سپاہی سے کہے کہ اس مورچے سے ہلنا نہیں اور اس کا راشن نہ بھیجے۔ اُس کو کوئی جرنیل کہے گا؟! احسان دانش کہنے لگا پہلا دن تھا کہ مجھے پردے کی آیت سمجھ آئی (اللہ نے عورت کو کاروبار' جھوٹ' داؤ فریب' شیطان سے بچنے کیلئے وہ مورچہ دیا) کہنے لگی: میرا اللہ اتنا غافل تو نہیں۔ میں اللہ کا حکم سمجھ کر اس مورچے میں ہوں' میری اماں کہتی ہے کہ دو مسلمان کا کھانا ایک کو کافی ہو جاتا ہے' بچے دودھ پیتے ہیں آپ کی ذمہ داری کوئی نہیں' میرا راشن آئے گا' میرے ساتھ کھالینا۔ احسان دانش کہنے لگا اُس وقت میری آنکھیں کھلیں' میں تو بچوں کا رازق خود کو سمجھتا تھا' آج کے بعد اسلام کو سیکھوں گا جو آج تم نے مجھے سمجھایا۔ یہ چلا گیا علم حاصل کرنے۔۔۔ کچھ عرصے کے بعد اپنی لائبریری میں بیٹھا تھا کہنے لگا: ایک کتاب بھی ایسی نہیں جس کے اندر سے میں نہ گزرا جس کے بارے میں چاہو بحث کرلو۔ مگر ایک عورت کی سمجھداری دین کا مسئلہ سیکھنے کی وجہ سے اَن پڑھ آدمی اپنے وقت کا عالم اور شاعر بنا۔

عزت و بڑائی پانے کیلئے ضرور پڑھیں: جو شخص سے اسم اَلْمُتَکَبِّرُ کا ورد جاری رکھے گا اللہ تعالیٰ اسے عزت و بڑائی عطا فرمائیں گے اور اگر ہر کام کی ابتدا میں یہ اسم بکثرت پڑھے تو کامیاب ہوگا۔



# کلمہ کا نصاب! اور غیب سے رشتے کا انتظام

لا الہ الا اللہ کا نصاب اپنی بڑی بیٹی (ش) کے رشتے کی نیت سے پڑھنا شروع کر دیا کلمے کے تین نصاب مکمل کیے اور چوتھا نصاب ابھی آدھا ہی ہوا تھا کہ غیب سے میری بیٹی کیلئے ایک نہایت ہی مناسب رشتہ آیا

## ذہنی اور جسمانی بیماریاں بالکل ختم

(ارسلان حمید، اسلام آباد)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے روحانیت کا بے حد شوق ہے اسی وجہ سے عبقری کے ذریعے سے بہت زیادہ پیاس بجھالیتا ہوں۔ خاص طور پر علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کا مضمون "جنات کا پیدائشی دوست" تو میں ہر ماہ سب سے پہلے پڑھتا ہوں۔ عبقری کے گزشتہ ایک شمارے میں سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ رَبُّنَا وَرَبُّ الْمَلٰٓئِکَةِ وَالرُّوْحِ والا مراقبہ آیا۔ جو بادشاہ شاہ جہان کیا کرتا تھا۔ اس کو شروع کیا ہوا ہے۔ اس سے جو برکات حاصل ہوئیں وہ عرض کرتا ہوں: ۔پہلی دفعہ ہی کرنے سے اللہ نے برکت دی اور جسم پر جو بہت سارا پریشر اور جکڑن تھی اور کانوں میں جو شائیں شائیں ہوتی تھی وہ ٹھیک ہوگئی اور اردگرد ایک نور کا ہالہ بن گیا جو کہ ایک شیشے کی طرح صاف اور شفاف محسوس ہوتا ہے۔ ذہنی اور جسمانی بیماریاں جو پہلے جان ہی نہیں چھوڑتی تھیں ان کا مٹنا یا شروع ہوگیا ہے۔ جسم ہلکا پھلکا ہوجاتا ہے' ایک دو دفعہ جب مراقبہ کیا تو بیٹھے بیٹھے مجھے اپنے گرد ایک اور دنیا نظر آنے لگی شاید وہ جنات تھے ان کا رہنا سہنا نظر آنے لگا' ان کے حالات سامنے آرہے تھے۔

## سارے مسائل حل

(ارم نجیب، ترنول اسلام آباد)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! امید کرتے ہیں آپ خیریت سے ہیں اور اللہ تعالیٰ آپ کو ہمیشہ خیریت سے رکھے تاکہ آپ ہم جیسے دکھی لوگوں کی خدمت کرتے رہیں۔ عبقری رسالہ ہمارے گھر میں ایک مہربان کے وسیلے سے آیا۔ ہم آپ کے درس بہت پیار اور محبت سے سنتے اور جہاں تک کوشش ہوسکی آپ کی باتوں پر عمل بھی کرتے ہیں اور ہمیں اس سے بہت زیادہ فائدہ بھی ہوا۔

محترم حکیم صاحب! ہمارا گھر مسائل میں گھرا ہوا تھا۔ مگر جب سے میں نے عبقری رسالے میں علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کا دیا ہوا وظیفہ محمد رسول اللہ سارا دن کھلا پڑھ رہی ہوں ہمارے گھر کے بہت سے رکے ہوئے کام ہونا شروع ہوگئے ہیں' میرے بھائی کو قطر میں نوکری نہیں مل رہی تھی اب الحمدللہ ان کی نوکری کی بھی امید پیدا ہوگئی ہے۔ اس وظیفے کو ابھی میں نے صرف 70 ہزار پڑھا ہے تو ہمارے اتنے زیادہ کام سیدھے ہوگئے ہیں۔ اب تو میرے پورے گھر نے بھی وظیفہ پڑھنا شروع کردیا ہے۔ ایک بات آپ کو عرض کرنی تھی کہ ہم نے چنبل کیلئے مرہم سکون' دانتوں کیلئے سچا منجن اور حسن و جمال کریم استعمال کی اس سے ہمیں بہت زیادہ فائدہ ہوا ہے۔

## کلمے کا نصاب اور غیب سے رشتے کا انتظام

(مہتاب بیگم، کراچی)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کا رسالہ عبقری گزشتہ چند سالوں سے مسلسل پڑھ رہی ہوں اور اس سے بہت زیادہ علمی و روحانی فیض حاصل کر رہی ہوں۔ خاص طور پر علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کا مضمون "جنات کا پیدائشی دوست" نے تو میری زندگی کا سب سے بڑا مسئلہ چند دنوں میں ہی حل کر دیا۔ پچھلے سال ماہ جون 2013ء کے رسالہ عبقری میں "جنات کا پیدائشی دوست" مضمون سے کلمہ لا الہ الا اللہ کا نصاب اپنی بڑی بیٹی (ش) کے رشتے کی نیت سے پڑھنا شروع کر دیا' کلمے کے تین نصاب مکمل کیے اور چوتھا نصاب ابھی آدھا ہی ہوا تھا کہ غیب سے میری بیٹی کیلئے ایک نہایت ہی مناسب رشتہ آیا جو کہ ہماری امید سے کہیں بڑھ کر تھا۔ ابھی چند ماہ پہلے ہم نے اپنی بیٹی کا نکاح بھی بروز جمعہ کردیا ہے۔ میرا وظیفہ جاری ہے اور میں پرامید ہوں کہ اللہ اس وظیفے کی برکت سے جس طرح غیب سے رشتہ کا بندوبست کیا ہے اسی طرح غیب سے شادی کے اخراجات کیلئے وسائل بنائے گا۔

## جنات کے پیدائشی دوست نے کیے مسائل حل

(غ،ب)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کا عبقری رسالہ کچھ مہینوں سے بڑے شوق سے نہ صرف پڑھ رہا ہوں بلکہ کچھ تعداد میں لوگوں میں بھی تقسیم کر رہا ہوں' عبقری مکمل طور پر نہ صرف دلچسپ ہے بلکہ روحانی و جسمانی علاج کیلئے ایک خزانہ کی حیثیت رکھتا ہے۔ بالخصوص علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کے مضمون "جنات کا پیدائشی دوست" میں موجود وظائف تیر بہدف ہیں۔ جب سے میں نے "جنات کا پیدائشی دوست" میں موجود علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کے بتائے ہوئے وظائف کرنا شروع کیے ہیں میرے بہت سے روحانی مسائل حل ہوگئے ہیں' اس کے علاوہ میں نے جس جس کو ان اعمال کی طرف متوجہ کیا اور جس نے یقین اور توجہ کے ساتھ کیا سب کے مسائل اللہ نے حل کر دیئے۔

## ناممکن و اٹکے کام دنوں میں مکمل

(ب،ا)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالے کا زیادہ پرانا قاری نہیں ہوں' صرف چند ماہ ہی ہوئے ہیں اس کو مسلسل پڑھتے ہوئے۔ مگر جب سے "جنات کا پیدائشی دوست" کا مطالعہ شروع کیا ہے تب سے مسلسل خرید کر پڑھ رہا ہوں۔ پیدائشی دوست میں موجود کلمہ کے نصاب نے تو میرے ناممکن اور اٹکے ہوئے کام دنوں میں مکمل کیے۔ مجھے تو یقین نہیں آتا کہ ایک وظیفے نے میرے کتنے مسائل حل کر دیئے ہیں۔

## 7 دن میں یرقان بالکل ختم

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس ایک روحانی نسخہ یرقان کیلئے ذاتی طور پر آزمایا ہوا ہے۔ یرقان کی پرانی بیماری صرف سات دنوں میں ختم ہوجاتی ہے اور اگر کسی کو نیا نیا یرقان یا پیلیا ہوا ہو تو وہ صرف تین دن میں صحت یاب ہوجاتا ہے۔ ھوالشافی: دو بڑی سوئیاں (جن سے رضائی وغیرہ سی جاتی ہیں) لیں اور ایک پیالہ چینی کا لیکر اس میں پانی بھر لیں اور مریض کو قریب لٹالیں۔ بڑی سوئی لیکر مریض کے سر سے لیکر پاؤں تک پھیرنے کے دوران سات مرتبہ سورۂ فاتحہ سات مرتبہ آیت الکرسی پڑھتے جائیں' سر سے شروع کریں پاؤں تک لے جائیں' یہ عمل کرکے سوئی پانی میں ڈال دیں' پھر اسی طرح دوبارہ عمل کرکے سوئی پانی میں ڈال دیں اور وہ پیالہ پانی والا مریض کی چارپائی کے نیچے رکھ دیں' روزانہ پانی تبدیل کریں' برتن صاف کرلیں' یہ عمل کرتے جائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ یرقان بالکل ختم ہوگا۔ (محمد یار خان، فیصل آباد)

محتاجی و ذلت کے بعد عزت: جو شخص نماز فجر کے بعد اکتالیس مرتبہ اسم اَلْعَزِیْزُ پڑھتا رہے وہ ان شاء اللہ کسی کا محتاج نہ ہوگا اور ذلت کے بعد عزت پائے گا۔

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

# سخاوت کی لذت سے آشنا ایک مومن

**حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کرچکے ہیں ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب "نسیم ہدایت کے جھونکے" پڑھنے کے قابل ہے**

اشراق کے بعد مطاف کو خالی دیکھ کر طواف کرنے کا تقاضا ہوا' دھوپ چڑھنے تک طواف کے مزے لے کر حسب پروگرام مجھے اپنے ایک مربی اور مشفق عالم دین سے ملاقات کیلئے جانا تھا۔ حاضری ہوئی تو معلوم ہوا وہ مدینہ منورہ تشریف لے گئے ہیں۔ بڑے مکان کے کونے میں صدر دروازے کے نزدیک ترین زمین پر کالے رنگ کے نیم مجذوب آدمی کو دیکھا جو بڑے اطمینان سے ایک میلے سے کرتے میں بیٹھے تھے۔ راقم سطور نے اپنے رہبر سے جوان سے متعارف تھے تعارف حاصل کرنا چاہا تو وہ ایک پرکشش شخصیت نکلی' جوانی کی عمر میں بغیر پاسپورٹ و ویزے کے پیدل ہندوستان سے مکہ معظمہ پہنچے و آج تک اسی طرح یہاں رہ رہے ہیں' یہاں پر ایک ایسے کمرے میں رہتے ہیں جس میں پوری طرح پاؤں بھی نہیں پھیلتے و ابھی تک کمرے میں اے سی تو بڑی دور کی بات ہے پنکھا بھی نہیں لگوایا۔ سعودی پولیس والے ان کو پکڑتے ہیں پاگل سمجھ کر چھوڑ دیتے ہیں۔ یہاں پر ان کا مشغلہ یہ ہے کہ لوگوں کو یہاں زمزم پہنچاتے ہیں کاندھوں پر زمزم ڈھونے کی وجہ سے ان کے کندھے بیلوں کی طرح سخت ہوگئے ہیں۔ دس بیس لیٹر کی زمزم کی کین لانے کے لوگ ان کو دو ریال یا پانچ ریال اور بعض لوگ دس ریال تک دے دیتے ہیں' ان کے پاس کپڑے کی تین ہمیانی (تھیلیاں) ہیں' ایک تھیلی میں زمزم ڈھونے کی مزدوری رکھتے ہیں' کچھ لوگ ان کو مسکین سمجھ کر صدقہ و خیرات دیتے ہیں' صدقہ خیرات کی رقم دوسری تھیلی میں رکھتے ہیں۔ کچھ لوگ ان کو اللہ کا مقرب بندہ ولی اور صاحب خدمت سمجھ کر ہدیہ دیتے ہیں۔ یہ ہدیہ تیسری تھیلی میں رکھتے تھا۔ ہدیہ کی رقم یہ بزرگوں اور علماء پر خرچ کرتے تھے' ہندوستان سے آنے والے مختلف لوگوں کے ذریعے ہدیہ بھیجتے رہتے تھے صدقے اور خیرات کی رقم سے انہوں نے اپنے علاقے کے مختلف غریبوں کے وظیفے متعین کر رکھے تھے' غریبوں مسکینوں اور یتیموں کو ماہانہ متعین رقم کر رکھے تھے' غریبوں مسکینوں اور یتیموں کو ماہانہ رقم وہ عمرہ اور حج سے واپس ہونے والوں کے ذریعے سے بھیجتے رہتے تھے' چند سال قبل ان کا انتقال ہوا تو معلوم ہوا کہ ایک سو سے زیادہ لڑکوں کو وہ ماہانہ تعاون کرتے تھے بلکہ ان کی کفالت کرتے تھے' زمزم کی مزدوری سے وہ مسجدیں بنواتے تھے' راقم سطور کو یہ سن کر بڑی حیرت ہوئی کہ 1977ء میں ملک کے ایک بڑے ادارے کی مسجد کی مکمل توسیع ان کی زمزم کی مزدوری کی رقم سے ہوئی۔ جس پر 78-1977ء میں گیارہ لاکھ روپے ہندوستانی سے زیادہ خرچ ہوئے تھے' اس کے علاوہ چھیالیس چھوٹی بڑی مسجدیں ان کے کاندھوں پر ڈھوئے گئے زمزم کی مزدوری سے تعمیر کرائی گئیں۔

یہ مثالی سخی اور آخرت کیلئے جینے والے مثالی مسلمان اس دنیا سے جاچکا' مگر راقم سطور کے دل و دماغ پر اس کے کردار کی عظمت کے نقوش تازہ ہیں' بار بار یہ خیال آتا رہتا ہے کہ ہمارے نبی ﷺ کے سچے فرمان کی تصویر:

کُن فی الدنیا کانک غریب او عابر سبیل

(ترجمہ: دنیا میں اس طرح رہو جیسے مسافر اور راستہ پار کرنے والا) آج کے دور میں بھی پیدا ہوتے رہتے ہیں' سخاوت کی لذت سے آشنا مثالی سخی آج بھی اس دنیا کیلئے وجہ رحمت ہوتے ہیں مگر افسوس آخرت کے ہمیشہ کے حقیقی سفر کی فکر سے غافل ہم عارضی اور سفر کی دنیوی زندگی کی رنگ رلیوں میں مست زندگی کی حقیقی لذت سے محروم لوگ اس مزے کو کب پاسکتے ہیں؟

## روحانی چکی سے وزن میں زبردست کمی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! پچھلے کچھ عرصہ سے میرا وزن بڑھ رہا تھا' میں نے دفتر ماہنامہ عبقری لاہور سے روحانی چکی منگوا کر مقدار سے زیادہ کھانا شروع کردی' جس سے میرا وزن کم ہونا شروع ہوگیا' روحانی چکی خرید کر اکثر امیر و غریب میں بانٹتی ہوں لوگ بتاتے ہیں کہ ان کی بے شمار بیماریاں ختم ہورہی ہیں۔ (والدہ ابوذر)

# نوکری کیلئے خاص عمل

جو استخارہ کرتا ہے وہ ناکام نہیں ہوتا جو مشورہ کرتا ہے وہ نادم نہیں ہوتا اور جو معاملات میں متوسط چال چلتا ہے وہ محتاج و فقیر نہیں ہوتا۔

سورۃ والضحیٰ میں 9 رکوع ہیں۔ 9 دن ہر رکوع پر 9 دفعہ تیاگرنمبر پڑھنا ہے۔ 9 دن میں کام نہ ہو تو 18 دن کرلیں۔ 18 دن میں کام نہ ہو تو 27 دن کرلیں ان شاء اللہ نوکری مل جائے گی۔

## بسم اللہ کا خاص عمل

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ 788 مرتبہ اول و آخر طاق اعداد میں درود شریف (بعد نماز عشاء یا کسی اور وقت مقرر پر) سات دن پڑھ کر کسی بھی جائز مقصد کیلئے دعا کرے تو ان شاء اللہ تعالیٰ دعا قبول ہوگی۔ (باوضو ہونا عملیات کے آداب میں سے ہے) جو استخارہ کرتا ہے وہ ناکام نہیں ہوتا جو مشورہ کرتا ہے وہ نادم نہیں ہوتا اور جو معاملات میں متوسط چال چلتا ہے وہ محتاج و فقیر نہیں ہوتا۔ (طبرانی)

## بندش حیض کیلئے

ہیرا کسیس 60 گرام' ریوند خطائی 38 گرام اور پرانا گڑ 12 گرام۔ چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ یہ صبح' دوپہر' شام کشمش 12 گرام' بادیان 12 گرام اس کے قہوے کے ساتھ دیں گے۔ وہ رہ نہیں رہے سکتے' ان دنوں میں اب مریض کو کئی تین دنوں میں پہنچا تو اس کیلئے زبردست ہے۔ بجائے اس کے کیپسول بھر کر دیتے ہیں۔ تاریخ کے دنوں میں بھی یہ دوا دے سکتے ہیں۔ اس سے فائدہ یہ ہوتا ہے کہ عورت کو فوری فائدہ ہونا شروع ہوجاتا ہے۔ بندش حیض کیلئے ایک اور بہت ہی زبردست نسخہ ہے:۔ ایک ماشہ بیر بہوٹی' تین ماشے ہڑل ان کو سات دن دھوپ میں رکھیں اس کے بعد ایک چاول برابر اس کی خوراک ہے۔ بندش حیض فوری ختم ہوجائے گی۔

مزید کمالات جاننے کیلئے درج ذیل کتاب کا مطالعہ کریں:

**"گھریلو الجھنوں سے چھٹکارا پانے والے"**

**(بندشوں کا توڑ اور روحانی ایٹم بم)**

مقبول عبادات' فضائل' طبی و روحانی نسخے اور آزمودہ ٹوٹکے اور بہت کچھ۔۔۔ اس کتاب میں پڑھیں!

# مٹی کے ذریعے علاج! آزمائیں' لاجواب پائیں

(ماریہ علی)

ہر شخص کو راستے اور میدان میں جتنا ہو سکے ننگے پاؤں چلنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ البتہ پکے فرش والے کمروں میں چپل وغیرہ پہن کر ہی چلنا چاہیے کیونکہ پختہ فرش پر ننگے پاؤں گھوڑں چلنے سے جسم پر ناموافق اثر پڑتا ہے۔

ایک زمانہ تھا جب مٹی کو وسیع پیمانے پر ذریعہ علاج بنایا جاتا تھا لیکن اب پچھلی صدی سے اسے از سر نو رافع امراض کے طور پر استعمال کیا جانے لگا ہے۔

ماہرین کو مختلف تجربوں کے دوران اندازہ ہوا کہ مٹی کی قوتوں کا انسانی جسم پر حیرت انگیز اثر ہوتا ہے۔ خصوصی طور پر رات کے وقت ظاہر ہوتا ہے۔ اس سے جسم میں تازگی' جوش اور قوت پیدا ہوتی ہے۔ ان تجربات نے انہیں یقین دلا دیا کہ گیلی مٹی زخموں اور امراض جلد کیلئے قدرتی پٹی (Bandage) ثابت ہوتی ہے۔ مٹی میں موجود عناصر اس لیے جسم کی مرمت کرتے ہیں کہ جسم انہی عناصر کی ایک خاص ترکیب سے بنا ہے۔

ایڈولف جسٹ (1838-1936ء) جو جدید دور میں فطری علاج کے ممتاز ماہرین میں سے تھے ان کا کہنا ہے تمام امراض ماسوائے آج کے دور کے نفسیاتی عوارض محض رات کو مٹی پر سونے کی عادت ڈالنے سے دور ہو سکتے ہیں۔ اگر انسان فطرت کے قریب تر آجائیں' زرات مٹی کے فرش پر سونے یا لیٹے رہنے کو اپنا وطیرہ بنا لیں تو بیماریوں کے بارے میں ان میں پایا جانے والا خوف اپنے آپ دور ہو جائے گا کیونکہ زمین کے ساتھ لگنے سے جسم کی تھکاوٹ اور کسلمندی کوسوں دور بھاگ جاتی ہے۔ بدن میں چستی اور قوت آجاتی ہے اور سو کر اٹھنے کے بعد جسم میں ایک نئی طاقت کا احساس ابھرتا ہے۔

دن بھر ننگے پاؤں چلتے رہنا (بشرطیکہ بہت سردی نہ ہو) اچھی صحت اور حقیقی خوشی حاصل کرنے کا موثر طریقہ ہے۔ ہر ننگے پاؤں چل کر زمین سے بڑی قوت حاصل کر سکتے ہیں۔

ہر شخص کو راستے اور میدان میں جتنا ہو سکے ننگے پاؤں چلنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ البتہ پکے فرش والے کمروں میں چپل وغیرہ پہن کر ہی چلنا چاہیے کیونکہ پختہ فرش پر ننگے پاؤں گھوڑں چلنے سے جسم پر ناموافق اثر پڑتا ہے۔

قدیم امریکی باشندے (انڈینز) مٹی کے ذریعہ علاج کو بڑی اہمیت دیتے ہیں۔ ان کا عقیدہ ہے کہ بچوں بوٹیوں اور ہوا میں شفا بخشی کی بڑی طاقت موجود ہوتی ہے۔ لیکن غور کیا جائے تو پتے اور بوٹیاں' یہ سب کچھ مٹی سے ہی حاصل کرتے ہیں۔ وہ لوگ اپنے بیمار افراد کو گردن تک مٹی میں دبا کر چند گھنٹے اسی حالت میں رکھنے کے بعد باہر نکال لیتے ہیں۔ اس طرح مریضوں کا روگ کافی حد تک دور ہو جاتا ہے۔

## مٹی میں گڑھ دینا

نیچر کیور کے معالجین متعدد امراض کے علاج کیلئے گیلی مٹی کو استعمال میں لا رہے ہیں۔ آئے دن اس کا استعمال بڑھ رہا ہے۔ پرانے ورم سوزش (جو اندرونی بیماریوں کا نتیجہ ہوتے ہیں) اور موچ وغیرہ کے مریضوں کیلئے گیلی مٹی بہت مفید پائی گئی ہے۔ مٹی کے استعمال کے ساتھ ساتھ مریض کی خوراک اور چند دیگر پرہیزوں کا بھی خیال رکھا جاتا ہے۔

مڈ ٹریٹمنٹ کولڈ واٹر ٹریٹمنٹ (ٹھنڈی پٹی) پر فوقیت رکھتا ہے کیونکہ کیچڑ میں نمی اور ٹھنڈک نسبتاً زیادہ عرصہ تک برقرار رہتی ہے۔ کیچڑ کی ٹھنڈی نمی' جلد کے مساموں کو کشادہ کر کے' خون کو بیرونی سطح کی طرف کھینچتی ہے جس سے جسم کے اندر مادے فاسدہ کے اجتماع میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور درد میں افاقہ ہو جاتا ہے۔ حرارت کی شعاع ریزی (ریڈی ایشن) میں اضافہ ہوتا ہے اور جسم سے کمزور مادوں کا اخراج بھی عمل میں آتا ہے۔ مڈ پیک بنانے کی مٹی سطح زمین سے تقریباً دس سینٹی میٹر نیچے سے لی جاتی ہے اور اس بات کا خیال رکھا جاتا ہے کہ اس میں کنکر اور دیگر کثافتیں نہ ہوں۔ پھر اس میں گرم پانی ملا کر ایک لیپ (پیسٹ) تیار کیا جاتا ہے' پھر کپڑے کے ایک ٹکڑے پر اسے پھیلا دیا جاتا ہے۔ اس ٹکڑے کا سائز جسم کے مطلوبہ حصے کی ضرورت کے مطابق ہوتا ہے۔ مثلاً پیٹ پر لگانے کیلئے اس پیک کا سائز (بالغوں کیلئے) 20 سینٹی میٹر ضرب 10 سینٹی میٹر ضرب 25 سینٹی میٹر ہونا چاہیے۔

مڈ پیک' عام کمزوری اور اعصابی خلل سے متعلق بیماریوں کے علاج کیلئے بے حد مفید پائے گئے ہیں۔ بخار زلال بخار' خسرہ اور انفلوئنزا کا بھی کامیاب علاج کیا گیا ہے۔ مختلف قسم کی سوجنوں' آنکھوں اور کانوں کی تکالیف' گنٹھیا' معدے کی بیماریوں' گردوں اور جگر کے عوارض' خناق اعصابی درد دل' جنسی بیماریوں' سر درد اور دانت درد کا بھی آرام آجاتا ہے۔ جسم پر مٹی کی پٹیاں باندھنے کے بعد ان کو فلالین اور اونی کپڑے سے ڈھانپ دیا جانا چاہیے۔ انہیں بیس سے تیس منٹ تک لگائے رکھنا چاہیے۔ چونکہ زیادہ تکالیف پیٹ کے اندر ہوتی ہیں اس لیے اس پر مڈ پیک رکھنے سے بہت سی بیماریاں بشمول بدہضمی کے مختلف اقسام' معدے اور آنتوں سے متعلق شکایات دور ہو جاتی ہیں۔ بچے کی پیدائش کے دوران ہونے والی تکلیف کو کم کرنے کیلئے ہر گھنٹہ یا دو گھنٹے کے بعد مٹی کے پیک استعمال کیے جانے چاہئیں۔ جسم کے جس حصے پر مڈ پیک لگانا ہو اسے پہلے پانچ یا دس منٹ تک ٹکور کے ذریعے اچھی طرح گرم کیا جاتا ہے۔ پھر براہ راست کیچڑ لیپ دیا جاتا ہے۔ اس کارروائی پانچ سے دس منٹ تک' مطلوبہ ردعمل کے حساب سے ہوتا ہے۔ پرانے درد دل' آنتوں میں اینٹھن اور گردوں کو بھی کیچڑ کے ٹھنڈے اور گرم لیپ سے آرام آجاتا ہے۔ باری باری ٹھنڈے اور گرم لیپ کرنے سے پیٹ کے اپھارے اور آنتوں کی رکاوٹ دور ہو جاتی ہے۔

**کیچڑ کا غسل:** کیچڑ کا غسل بھی ایک طرز علاج ہے لیکن اس کا طریقہ کیچڑ کی پٹی (مڈ پیک) ہی کی طرح ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ اسے بڑے پیمانے پر یعنی پورے جسم پر لگایا جاتا ہے۔ استعمال سے پہلے کیچڑ یا مٹی میں سے سخت کثیف چیزیں نکال کر اس میں گرم پانی ملا کر پیسٹ بنائی جاتی ہے۔ اس پیسٹ یا صاف کیچڑ کو ایک چادر پر پھیلا کر جسم کے گرد باندھ دیا جاتا ہے۔ بعد ازاں اس پر ایک یا دو کمبل لپیٹ دیئے جاتے ہیں۔ اس کا انحصار کمرے اور پیک کے درجہ حرارت پر ہوتا ہے۔ مڈ باتھ کے بعد اسے پہلے گرم پانی سے صاف کر دیا جاتا ہے۔ پھر کچھ دیر بعد مریض کو ٹھنڈے پانی سے غسل دے دیا جاتا ہے۔ مڈ باتھ سے جلد کی سطح ملائم ہو جاتی ہے' خون کی گردش تیز تر اور جلد کی بافتوں میں قوت محسوس ہونے لگتی ہے۔ مڈ باتھ بار بار کرنے سے جلد کی رنگت نکھر آتی ہے' داغ دھبے اور چیچک کے داغ وغیرہ کم یا ختم ہو جاتے ہیں۔ کھجلی' برص کے داغ حتیٰ کہ جذام جیسی جلدی امراض میں بھی کمی آجاتی ہے۔

### زیتون کے تیل سے طبیعت ہشاش بشاش

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرا پیٹ بڑھا ہوا ہے' رات کو منہ میں پانی بھرتا ہے' قبض بھی ہے' ہر وقت کی سستی دکاہلی مگر زیتون کا تیل صبح و شام ایک ایک چمچ پینے سے طبیعت ہشاش بشاش رہتی ہے۔ (سیدہ بانو)

تمام آفتوں سے محفوظ رہنے کا وظیفہ: جو شخص سات روز تک متواتر سو مرتبہ اسم اَلْخَالِقُ کو پڑھے گا انشاء اللہ تمام آفتوں سے محفوظ رہے گا۔

# قارئین لائے انوکھے اور آزمودہ ٹوٹکے

## قارئین نے بار بار آزمایا پھر عبقری کیلئے سینے کے راز کھولے اور لاکھوں لوگوں کی خدمت کیلئے آپ کی نذر میں

### فنگس کا لاجواب گھریلو ٹوٹکہ

(تفسیر پرویز کوہاٹ)

بعض دفعہ جب جرابیں پہنی جاتی ہیں خصوصاً سردیوں میں انگلیوں میں زخم پیدا ہوجاتے ہیں یا سرخ ہوکر سوج جاتی ہیں خاص کر ان لوگوں کی جن کی انگلیاں آپس میں بہت زیادہ ملی ہوتی ہیں اور درمیان میں گیپ نہیں ہوتا۔ اس کیلئے میرے پاس ایک گھریلو آزمایا ٹوٹکہ ہے جو کہ قارئین کی نذر کرتا ہوں: ۔ ھوالشافی: تھوڑی سی گلیسرین لیں‘ اس میں کپڑے دھونے کا کوئی سا بھی دیسی صابن چھوٹے چھوٹے ٹکڑے لیکر ڈال دیں اب گلیسرین اور صابن کو ہلکی آگ پر گرم کریں‘ جب گلیسرین اور صابن کے ٹکڑے یک جان ہوجائیں تو اس پر سورۂ فاتحہ بمعہ بسم اللہ سات مرتبہ پڑھ کر دم کریں اور پھر کان برد (کان میں مارنے والی تیلی) لے کر محلول میں ڈبو کر نیم گرم انگلیوں کے اندر صبح و شام لگائیں‘ تھوڑی سی گرم لگے گی۔ انشاء اللہ صرف دو یا تین دن لگانے سے مکمل شفا مل جاتی ہے۔

### ناف ٹلنے کا نایاب عمل

(عقیل احمد‘ کراچی)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ کی عمر دراز فرمائے اور آپ یونہی خدمت انسانیت کرتے رہیں۔ آمین! ایک دوست نے ناف ٹل جانے کا عمل بخشا ہے اور اسے بھی کسی صاحب نے بخشا ہے۔ طریقہ یہ ہے کہ اگر کسی کی ناف یا گولا ٹل جائے تو ایک بار درود ابراہیمی پڑھ کر تین بار اپنے سیدھے ہاتھ پر کہنی سے لے کر چھوٹی انگلی تک پھونک ماریں اور اس کا نام لے کر چیک کریں اگر ناف ہے تو ایک بار سورۂ فاتحہ‘ دو بار سورۂ اخلاص اور تین بار سورۂ ناس پڑھ کر دم کردیں‘ دنیا کے کسی بھی حصہ میں ہو انشاء اللہ ناف ٹھیک ہوجائے گی اور گولا چیک کرنے کیلئے ایک بار درود ابراہیمی اور ایک بار سورۂ الم نشرح پڑھ کر چیک کریں ٹھیک کرنے کیلئے وہی اوپر والا طریقہ ہے۔ آزمودہ ہے اور کامیاب علاج ہے۔ بہت سے لوگ آتے ہیں یا میسج کردیتے ہیں یا اپنا نام کہلوا دیتے ہیں اللہ شفاء دے دیتا ہے۔

### میرے دو گھریلو ٹوٹکے

(محمد قاسم‘ سرگودھا)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس 2 عدد گھریلو ٹوٹکے ہیں۔ ایک زکام کا علاج اور ایک تھکاوٹ اتارنے کیلئے۔ یقیناً قارئین اس سے فائدہ اٹھائیں گے۔

زکام کا علاج: ھوالشافی: لیمن گراس کے پتے لیں جو جوار کے پتوں کے مشابہ ہوتے ہیں ان کو پانی میں ابال لیں اور اس میں حسب ذائقہ چینی اور لیموں نچوڑیں۔ بہت ہی بہترین قہوہ تیار ہے۔ چسکی چسکی کرکے پئیں زکام کا جڑ سے خاتمہ کردے گا۔ بعض لوگوں نے لیمن گراس کا پودا گھروں میں بھی لگایا ہوتا ہے۔

### تھکاوٹ دور کرنے کا لاجواب ٹوٹکہ

جب آدمی کام کی زیادتی کی وجہ سے بہت زیادہ تھک ہوا ہو تو ایک کپ چائے بنائے اور اس میں پتی کے ساتھ تھوڑی سی خشخاش ڈال دے اور چائے بنا کر پیے۔ تھکاوٹ ایسے دور ہوگی جیسے کبھی تھی ہی نہیں۔ جسم بالکل ہلکا پھلکا اور فریش ہوجاتا ہے۔ میرا آزمایا ہوا ہے۔

### پیٹ درد سے نجات

(محمد ناصر‘ لودھراں)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے عبقری جب سے ملا ہے میں اللہ کا شکر ادا کرتا ہوں کہ اس نے مجھے عبقری کے ذریعے توبہ کی توفیق بخشی۔ میں ایک جاہد گاڑی چلاتا ہوں اور ہر وقت گانے سنتا تھا‘ ہر وقت غلط کام کرتا تھا مگر صرف عبقری کی بدولت اللہ نے مجھے توبہ کی توفیق بخشی اب میں پانچ وقت نماز پڑھتا ہوں اور عبقری سے بہت کچھ سیکھ رہا ہوں اور اللہ تعالیٰ سے دعا کرتا ہوں کہ یہ سلسلہ قیامت تک چلتا رہے‘ اللہ آپ کے بچوں کی حفاظت فرمائے ہر وقت میرے دل سے دعائیں نکلتی رہتی ہیں۔ پیٹ درد کیلئے میرے پاس آزمایا ہوا روحانی ٹوٹکہ ہے جو درج ذیل ہے: ۔ جس کے پیٹ میں درد ہو تو سورۂ کوثر تین مرتبہ اول و آخر درود ابراہیمی تین مرتبہ نمک پر دم کرکے کھائے تو اللہ کے کرم و فضل سے ٹھیک ہوجائے گا۔

### مسائل حل بے سکونی ختم

(اوس وب‘ سیالکوٹ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ہم نے آپ کو خط لکھا تھا تو آپ نے ہمیں درج ذیل وظیفے بتائے تھے۔

ہر جمعرات پوری مرغی کا صدقہ جو گیارہ جمعرات کسی مستحق کو کرنا تھا۔ دو سو مرتبہ صبح سورۂ فلق و ناس اور دو سو مرتبہ شام کو سورۂ فلق و ناس مع تسمیہ اور آخری وظیفہ یہ ہے یَا مُمِیْتُ یَا قَابِضُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ اَحْمَدُ رَّسُوْلُ اللّٰہِ۔ اس وظیفے کو سارا دن کھلا پڑھنا تھا۔

ان سب وظیفوں سے ہمارے بہت سے مسائل حل ہوئے ہیں۔ جن میں سے چند یہ ہیں: ۔ ہمارے گھر سے بے سکونی ختم ہوئی اب گھر میں لڑائی جھگڑا تو اب ہوتا ہی نہیں رزق کے مسائل حل ہورہے ہیں‘ میرا رشتہ نہیں ہورہا تھا مگر الحمدللہ اب میرا رشتہ بھی طے ہوگیا ہے۔

### لیکوریا کیلئے آزمایا نسخہ

ھوالشافی: سنگھراحت 20 گرام‘ مائیں خورد 10 گرام‘ سونٹھ 6 گرام‘ چینا گوند 6 گرام‘ مصری 20 گرام۔

تمام اشیاء کوٹ پیس کر دن میں تین مرتبہ آدھا چمچ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ یہ نسخہ ہمارا آزمودہ ہے‘ کچھ عرصہ مستقل مزاجی کے ساتھ استعمال کریں۔ الحمدللہ! جس نے بھی آزمایا ہے لاجواب پایا ہے۔

### حاملہ بہنوں کیلئے روحانی نسخہ

(زکیہ اقتدار‘ بہاولنگر)

حمل ٹھہرنے کے بعد فجر کی نماز کے بعد نو مرتبہ سورۂ زلزال پڑھیں۔ جب آٹھ ماہ گزر جائیں تو نویں ماہ کے شروع میں چھتیس مرتبہ یہ سورۂ پڑھیں۔ آٹھ ماہ اور نویں ماہ کے پہلے چند روز گزر جائیں تو یہی سورۂ تین سو نیرہ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کرکے پانی کو جمع کرتی رہیں‘ بچے کی پیدائش تک یہی عمل کریں‘ جب درد زہ شروع ہو تو فوراً یہ پانی پی لیں جو خاتون حاملہ کے پاس ہو وہ سورۂ زلزال تین سو تیرہ مرتبہ پڑھ کر حاملہ کی ناف پر دم کردیں۔ حاملہ اپنے ہاتھوں کو

پنڈلیوں کے قریب رکھ لیں' دایہ اور گھر کی دوسری بزرگ خاتون رازدار ہوں' کیسی غیر فرد کے علاوہ کوئی نہ ہو' پردے کا خاص اہتمام کریں' انشاء اللہ بچہ نارمل ڈلیوری سے ہی ہوگا۔

**مجھے ملا الہامی نسخہ!:** ایک دن فجر کی نماز پڑھی' راقمہ سنت پڑھ چکی تھی کہ گردن میں شدید درد ہوا' اتنا شدید کہ کسی کو پکار کے کچھ کہنے کی بھی ہمت نہیں تھی' اپنا سر گھٹنے پر رکھا کہ اونگھ آ گئی' اسی دوران کسی کہنے والے نے کہا "الم نشرح پڑھو" فوراً یقین کے ساتھ الم نشرح پڑھی' کچھ دیر پڑھتی رہی' سورۃ پڑھتی گئی اور تکلیف کم ہوتی گئی' یہاں تک کہ تکلیف بالکل ختم ہوگئی' کسی بھی قسم کی تکلیف ہو' بھروسے سے یہ سورۃ پڑھیں' انشاء اللہ ہر مصیبت سے یہ سورۃ نکالے گی۔

**لیکوریا کا مفت علاج:** کیکر کی پھلیوں کا پاؤڈر کھانے کا ایک چمچ شہد میں ملا کر لیکوریا کی مریضہ صبح کو کھالیں تو اکتالیس دن کھانے کے بعد لیکوریا بالکل ختم ہوجائے گا اور دوبارہ کبھی نہیں ہوگا۔ اس نسخہ کو معمولی سمجھ کر نظرانداز ہرگز نہ کیجئے گا۔

## روحانی و طبی تجربات

(محمد عمر' لاہور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! چند سالوں سے مسلسل عبقری کا قاری ہوں اور رسالے سے میں نے بہت زیادہ طبی و روحانی فوائد حاصل کیے ہیں۔ میرے بھی طبی و روحانی آزمائے ٹوٹکے جو میں قارئین عبقری کی نذر کرتا ہوں:۔

**نظر کی کمزوری ختم:** یہ نسخہ بہت کمال کا ہے مجھے کسی سے ملا تھا میں نے بھی کیا بہت لاجواب پایا۔ جس کو جگر کی گرمی ہو یا اس کی نظر دن بدن کمزور ہورہی ہو وہ گاجر کا جوس دو گلاس لے اور اتنا ہی دودھ علیحدہ رکھ لے۔ دودھ کو چولہے پر رکھ کر اس میں دو تین چمچ سونف کے ڈال کر اسے اچھی طرح ہلکی آنچ پر ابالے پھر چولہے سے اتار کر ٹھنڈا ہونے دے جب ٹھنڈا ہوجائے تو اس میں گاجر کا جوس مکس کردیں اور نوش جاں کریں۔ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں پھر اس کے فوائد خود دیکھیں۔

## ذہنی طور پر کمزور بچوں کیلئے

میرے ابو کے ایک دوست ہیں وہ ٹیچر ہیں' کافی سال ہوگئے ان کو پڑھاتے ہوئے ابو نے ان کو کہا کہ میری چھوٹی بیٹی بہت نالائق ہے' پڑھتی نہیں ہے' اس کا کوئی حل ہے۔ وہ کہنے لگے صرف 33 بار بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ بادام یا پانی پر دم کرکے اسے کچھ عرصہ استعمال کرواؤ انشاء اللہ لائق ہوجائے گی۔ کہتے ہیں یہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ اسم اعظم ہے۔ جو بچہ نہ پڑھتا ہو پڑھنا شروع کردیتا ہے۔

## چھوٹی سی آیت اور بے حساب مال و دولت

ہمارے محلے میں ہمارے گھر کے سامنے دکان میں ایک آدمی رہتا ہے' کسی گاؤں کا رہنے والا ہے' یہاں سارا دن پھل ریڑھی پر لگا کر بیچتا ہے اور رات کو اسی دکان میں سوجاتا ہے اس کی خصوصیت یہ ہے کہ یہ سارے بازار سے مہنگا پھل بیچتا ہے مگر سب سے زیادہ اور سب سے پہلے پھل بیچ کر فارغ ہوجاتا ہے۔ ایک مرتبہ جمعہ کی نماز کا وقت تھا ہوٹل وغیرہ بند تھے تو اس نے سالن لینے کیلئے ہمارے گھر کا دروازہ کھٹکھٹایا' میں سالن لے کر اس کی دکان پر گیا تو اس نے ایک کاغذ نکالا اس پر ایک آیت لکھی ہوئی تھی' کہتا مجھے پڑھنی نہیں آرہی پڑھا دو' میں نے پوچھا آپ کو یہ آیت کس نے دی' کہتا میری بیوی نے' میں نے کہا آپ کی بیوی کو کس نے دی؟ کہتا اس کے دادا نے' میں نے کہا اس سے کیا ہوتا ہے؟ کہتا میری بیوی کے دادا کو کسی نے دی تھی ان کے مالی حالات اچھے نہ تھے' یہ آیت صرف دن میں سو دفعہ پڑھنی ہے' دن میں کوئی بھی وقت مقرر کرلیں' کہتا اس کے پڑھنے سے اللہ نے ان کو بہت مال دیا' بہت نوازا' انہوں نے بہت زمینیں خریدلی۔ کہتے دنیا کا کوئی مسئلہ ہو اس کے پڑھنے سے حل ہوجاتا ہے۔ وہ بار بار یہ کہہ رہا تھا کہ اللہ نے اس میں بہت طاقت رکھی ہے۔ اگر جلدی مسائل کا حل چاہتے ہو تو اس کو تہجد کے وقت پڑھو' میری بیوی بھی اسے تہجد کے وقت ہی پڑھتی ہے۔ تب میری سمجھ میں بات آئی کہ اس کا مال مہنگا ہونے کے باوجود کیوں سب سے زیادہ اور جلدی بک جاتا ہے۔ وہ آیت یہ ہے:۔ اَللّٰهُ لَطِيْفٌ بِعِبَادِهٖ يَرْزُقُ مَنْ يَّشَآءُ ۚ وَهُوَ الْقَوِيُّ الْعَزِيْزُ ﴿الشوریٰ ۱۹﴾

## لاھوتی وضو کا کمال

محترم حکیم صاحب! ایک دن میں تسبیح خانہ میں تھا کہ میرے ساتھ اسلام آباد سے آیا ایک شخص خدمت میں مصروف تھا' میں نے اس سے پوچھا آپ کو کبھی کسی عمل سے فائدہ ہوا کہنے لگا: ہاں! مجھے لاھوتی وضو سے بہت زیادہ فائدہ ہوا۔ میں وضو کرتے ہوئے تصور کرتا ہوں کہ میرے اعضاء کے ساتھ ساتھ میرے گناہ بھی دھل رہے ہیں۔ کہتا اس عمل کی برکت سے مجھے نماز میں دھیان مل گیا اور کچھ آنسو ندامت کے بھی نصیب ہوجاتے ہیں۔

## بچوں کے داخلے کا مسئلہ فوری حل

ایک ورد عمل اس نے اپنا آزمایا بتایا کہ مجھے کوئی مسئلہ ہو میں سورۂ کوثر کثرت سے پڑھتا ہوں وہ حل ہوجاتا ہے میرے بچوں کا ایک سکول میں داخلہ نہیں ہورہا تھا میں نے سورۂ کوثر کثرت سے پڑھی میرا یہ مسئلہ فوری حل ہوگیا۔

## جنوری 2015ء خاص نمبر کا اعلان

قارئین! جنوری 2015ء کا خاص نمبر بعنوان "قارئین کے سینوں کے راز" پر ہوگا۔ اس شمارے میں قارئین کے ایسے راز شائع کیے جائیں گے جو اکثر لوگ سینوں میں چھپا کر قبروں میں لے جاتے ہیں۔ اگر آپ کے پاس بھی کوئی طبی یا روحانی راز ہے جس سے آپ نے یا آپ کے کسی جاننے والے نے فائدہ اٹھایا ہے ابھی قلم اٹھائیے اور عبقری کو لکھ کر بھیجئے' جلد موصول ہونے پر آپ کی تحریر اسی شمارے میں شائع کی جائے گی۔ آپ کی یہ تحریر لاکھوں کا فائدہ اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ ہوگی۔ (ادارہ عبقری)

## میٹرک میں کامیابی کا راز

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں فرسٹ ایئر کا سٹوڈنٹ ہوں۔ تقریباً ایک سال سے مسلسل جمعرات کے روز مغرب کے بعد ہونے والے درس روحانیت و امن میں شرکت کررہا ہوں۔ میرا درس میں آنے کا بہانہ میرے میٹرک کے پیپرز بنے۔ بات کچھ یوں تھی کہ میرے پیپرز سر پر تھے اور میری تیاری بالکل بھی نہ تھی' بہت کوشش کے باوجود بھی مجھ سے پڑھا نہیں جاتا تھا۔ میرا ایک دوست مجھے ایک دن تسبیح خانہ لے آیا اور ہم نے درس سنا' درس کے بعد میں نے اللہ سے رو رو کر دعا کی کہ یااللہ مجھے پیپرز میں اچھے نمبروں سے کامیاب کر۔ اسی طرح پیپرز بھی آگئے اور ختم بھی ہوگئے۔ مگر میں نے درس میں آنا نہ چھوڑا ۔مگر جب رزلٹ آیا تو مجھے تو یقین ہی نہ آیا کہ میں بہت اچھے نمبروں سے کامیاب ہوا ہوں۔ محترم حکیم صاحب! یہ سب درس ہی کی برکت ہے۔ اب مسلسل ایک سال ہوگیا ہے میں اپنی والدہ کے ساتھ درس میں شرکت کرتا ہوں اور فیض پاتا ہوں۔ (علی حیدر حسین' لاہور)

## مسافران آخرت

تسبیح خانہ کے دیرینہ مخلص عقیدۂ توحید کے سرپرست زمیندار ملک بشیر احمد ریحان چھنی تاج ریحان والے طویل علالت کے بعد فوت ہوگئے ہیں۔ موصوف اور موصوف کے بھائی ملک محمد خان ریحان عبقری اور حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کے ساتھ بہت زیادہ عقیدت و محبت رکھنے والے تھے۔ اللہ تعالیٰ مرحوم کو جوار رحمت میں اعلیٰ مقام عطا فرمائے۔ حضرت حکیم صاحب اور ادارہ عبقری اس غم میں برابر کے شریک ہیں۔

مٹی کھانے کی عادت: بھنگی کا آٹا اور پیٹ کے کیڑوں کو خارج کرنے کیلئے ایک چھٹانک زیرہ سفید کرکے میں بھگو کر اور خشک کر کے کھانا بے حد مفید ہے۔ صبح و شام۔

# گمشدہ چیز فرد اور سرمایہ پانے کا وظیفہ

قسط نمبر 6



انہوں نے ایک دن مجھے شوہر کو راہ راست پر لانے اور ان کے دل میں اپنی محبت جگانے کا وظیفہ بتایا اور ساتھ وہ سارے واقعات سنائے جو آپ نے درس میں بیان فرمائے تھے۔ میرے دل میں اک نئی امید جاگی۔۔۔

## قارئین! ہر ماہ حضرت حکیم صاحب کا روحانی رازوں سے لبریز منفرد انداز پڑھیے

محترم قارئین یَاذَرَبِّ مُوسٰی یَاذَرَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ کے فوائد کے خطوط اتنے زیادہ آرہے ہیں کہ اس پر اگر ہم چاہیں تو ایک کتاب جاری کرسکتے ہیں۔ ان خطوط میں سے ایک خط میں قارئین کی نذر کرتا ہوں:۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے لیے دل سے بہت دعائیں نکلتی ہیں! آپ کا رسالہ بہت شوق سے پڑھتی ہوں۔ میرا ماضی بہت کربناک گزرا ہے جس کی تھوڑی سی تفصیل میں یہاں بیان کررہی ہوں:۔ میری شادی کو دو سال ہوئے ایک دن بھی سکون کا نہیں گزرا میرے شوہر بہت شکی مزاج تھے شادی کے دو ماہ بعد سسرال والوں نے مجھے اور میرے شوہر کو گھر سے نکال دیا' پہلے کرائے پر رہے' پھر میری امی بیمار ہوگئیں تو ان کی وجہ سے امی کے گھر رہنا شروع ہوگئے' چھ ماہ بعد والدہ کا انتقال ہوگیا تو بہن بھائیوں نے گھر سے نکال دیا۔ کچھ میرے شوہر کی غلطیاں تھیں اور کچھ میرے سسرال والوں کی غلطیاں تھیں' میرے سسرال والوں کا ماحول کچھ اچھا نہیں تھا' شاید اس وجہ سے میرے شوہر کا ذہن ایسا ہوگیا تھا کہ وہ مجھ پر بہت زیادہ شک کرنا شروع ہوگئے' دروازے کو تالا لگا کر چابی ساتھ لے جاتے' پھر بھی گھر آکر پوچھتے تھے کہ گھر میں کون کون آیا تھا' تم کس سے ملی تھی' اگر محلے کی کوئی عورت مجھ سے ملنے آجاتی تو انہیں بالکل بھی اچھا نہ لگتا' جب جاتی تو طرح طرح کے سوالات کرتے کہ یہ عورت کیوں ملنے آئی؟ کیا کہہ رہی تھی۔۔۔؟؟؟

بات بات پر مجھ سے لڑائی جھگڑا کرتے' اگر کبھی اچھے موڈ میں ہوں تو میں مذاق میں کچھ کہہ دیتی تو جب جھگڑتے تو پتا نہیں کون کون سی پرانی باتیں یاد کرکے کہتے تم نے مجھے فلاں وقت طعنہ دیا تھا' مجھ پر جھوٹے الزام لگتے۔ ایک وقت ایسا آگیا کہ ان سے بولتے وقت بھی مجھے ڈر لگتا' ان کو سب اپنے دشمن لگنے لگتے۔ ہروقت بس ان کی زبان پر یہی باتیں ہوتیں کہ فلاں نے مجھے ایسا کہا' فلاں نے ایسا کہا۔۔۔ جھوٹ بہت بولتے' ہروقت اپنی جھوٹی تعریفیں کرتے رہتے۔ انہیں لگتا کہ میں چوری اپنے بہن بھائیوں سے ملتی ہوں اور یہ بھی لگتا کہ گھر کی چیزیں میں کسی کو دے دیتی ہوں۔ کہتے میں اتنا سامان لایا تھا کہاں گیا۔۔۔؟؟؟ میں اتنی سبزی لایا تھا کہاں گئی؟ سالن کہاں گیا؟ مجھے پیسے بھی نہیں دیتے سب کچھ خود ہی لاتے' میں بیمار ہوجاتی تو دوائی بھی نہ لاکر دیتے اور کہتے کہ یہ بھی تمہارے بہن بھائیوں کی ذمہ داری ہے' چاہتے کہ میرے والدین میرا خرچہ دیں۔ اگر دوائی لادیتے تو ہروقت طعنے دیتے رہتے کہ تمہاری دوائی پر اتنے پیسے لگ گئے۔ میں ہروقت روتی' کڑھتی' سسکتی رہتی کہ مجھے تو نہ ماں باپ' بہن بھائی اچھے ملے' نہ سسرال اور نہ ہی شوہر اچھا ملا۔۔۔ ہرنماز کے بعد اللہ سے رو رو کر دعا ئیں مانگتی کہ یااللہ کرم کردے۔۔۔! مجھے اس عذاب سے نجات دلادے' میرے شوہر کو راہ راست پر لے آ۔۔۔! کبھی کبھی دل کرتا کہ گھر چھوڑ کر چلی جاؤں' بہت وظیفے استعمال کرتی رہی مگر شوہر پر کبھی کچھ اثر نہ ہوا۔

پھر ایک دن ہماری ایک ہمسائی آئی جو اکثر آکر مجھ سے اپنے دکھ سکھ بانٹ لیتی تھی' ان کے بیٹے نے گھر پر انٹرنیٹ لگوایا ہوا تھا اور وہ ہر جمعرات آپ کا درس روحانیت واکن براہ راست سنتے تھے۔ انہوں نے ایک دن مجھے شوہر کو راہ راست پر لانے اور ان کے دل میں اپنی محبت جگانے کا وظیفہ بتایا اور ساتھ وہ سارے واقعات سنائے جو آپ نے درس میں بیان فرمائے تھے۔ میرے دل میں اک نئی امید جاگی۔۔۔ میں نے ان سے وہ وظیفہ لکھوالیا۔ وہ وظیفہ یہ تھا۔ یَاذَرَبِّ مُوسٰی یَاذَرَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۔ میں نے دن رات اٹھتے بیٹھتے' وضو بے وضو کھلا پڑھا۔ ساتھ ہر روز دعا کرتی کہ یااللہ! میرے شوہر کے دل سے میرے لیے نفرت ختم ہوجائے اور ان کا دل فراخ ہوجائے' تمام گندی عادتیں ختم ہوجائیں۔ جھوٹ بولنا غیبت کرنا چھوڑ دیں۔ میں نے ابھی کم و بیش نو سے دن ہی وظیفہ یقین' توجہ اور دھیان سے پڑھا کہ میں نے محسوس کیا کہ میرے شوہر کے رویے میں دن بدن تبدیلی آتی جارہی ہے' روزانہ آکر میرا حال پوچھتے' ایک دن مجھے بخار ہوا تو کام سے جلدی گھر آگئے اور مجھے ڈاکٹر کے پاس لے گئے اور دوائی کے ساتھ واپسی پر پھل بھی خریدا بلکہ اسی رات مجھ سے اپنے سابقہ رویے کی معافی مانگی اور آئندہ خود کو بدلنے کا وعدہ کیا۔ میں حیران۔۔۔۔! یااللہ یہ کیا ماجرا ہوا۔۔۔! میں نے وہ ساری رات رو رو کر اللہ کا شکر ادا کیا اور آپ کو دعائیں دیں' اپنی اس ہمسائی کو دعائیں دیں کہ جس نے مجھے یَاذَرَبِّ مُوسٰی یَاذَرَبِّ کَلِیْمِ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۔ اب تو میرے شوہر جاتے ہوئے مجھے "خدا" کر کے بھی نہیں جاتے اور کبھی مجھ پر شک نہیں کیا۔ ہر پندرہ دن کے بعد مجھے میرے بہن بھائیوں سے ملوانے لے کر جاتے ہیں۔ ان کے ساتھ بھی ان کا رویہ بہت مثبت ہوگیا ہے۔ میں اب سوچتی ہوں کہ اگر میری ہمسائی مجھے عبقری اور درس روحانیت واکن کا نہ بتاتی اور میں درس نہ سنتی تو شاید مجھے یہ وظیفہ کبھی نہ ملتا اور میری تمام زندگی اسی جہنم میں گزر جاتی۔

قارئین! آپ بھی اپنے تجربات و مشاہدات ضرور لکھیں' لاکھوں کا فائدہ آپ کیلئے صدقہ جاریہ ہوگا۔

### شوگر پہ مکمل کنٹرول

شوگر کا مریض کھانا بالکل کم کھائے' میٹھا کھانے سے پرہیز کرے' کھانا کھانے کے بعد دس سے پندرہ منٹ چہل قدمی کرے' کھانا تین سے پانچ گھنٹے کے وقفے سے کھائے' مسلسل ایسا کرنے سے لبلبہ کام شروع کر دیتا ہے' آہستہ آہستہ میڈیسن کم کرتا جائے۔ ساتھ میں اگر کوزتہ کی مسواک بھی دن میں ایک یا دو دفعہ کرتے تو رزلٹ سونے پر سہاگہ ہوجاتا ہے۔ دو تین دن میں ایک آدھ پھل استعمال کرے۔

### اولاد کیلئے نایاب عمل

ایک بندے نے بتایا کہ میرے گھر اولاد نہیں ہورہی تھی' ایک بزرگ نے بتایا کہ کیکر کی مسواک بیوی کو استعمال کرواؤ' مسواک شروع کروائی تو تیسرے مہینے حمل ٹھہر گیا اور اللہ نے بیٹا دیا۔ (خالدہ مجتبیٰ احمد پور شرقیہ)

اولاد نرینہ کیلئے عمل: بانجھ عورت سات روزے رکھے اور پانی سے افطار کرنے کے بعد 21 مرتبہ اَلْبَارِیُ الْمُصَوِّرُ پڑھے تو ان شاء اللہ اولاد نرینہ نصیب ہوگی۔

# موٹاپے کے محاذ پر اصولی جنگ

عالیہ مظفر/ اسلام آباد

اس طرح اچانک سب چھوڑ دینا اور پھر اچانک پہلے سے زیادہ کھانا صحت کے بے شمار مسائل کے ساتھ وزن میں بے تکا اضافہ بھی کر دے گا۔ عام خیال یہی ہے کہ جسم سے زائد چکنائی کو ختم کرنے کیلئے کم حراروں والی غذائیں لی جانی چاہئیں

"میں تو بس ادھر سے گزر رہا تھا، سموسے بنتے دیکھ کر منہ میں پانی بھر آیا تو خرید لیے اب اس میں میرا کیا قصور۔۔۔ ایسا تو ان لوگوں کی غلطی ہے جو اتنے مزے کے کھانے بناتے ہیں کہ خود پر کنٹرول ہی مشکل ہو جاتا ہے" آج کل غذائی ماہرین اس بحث میں الجھے ہوئے ہیں کہ غلطی کس کی ہے؟ بین الاقوامی سطح کی گئی ایک تحقیق نے اس ضمن میں ماحول کو قصوروار ٹھہرایا ہے ان کے مطابق اگر ماحول میں کسی چیز کی زیادتی شامل ہو اور آپ خود کو اس کا حصہ بننے سے روک رہے ہوں تو ایسا بہت مشکل ہے' خصوصاً کھانے پینے کے معاملات میں تو یہ اور بھی دشوار لگتا ہے۔

ایک طرف تو ہم یہ چاہتے ہیں کہ فربہی نہ پھیلے دوسری طرف فوڈ آئٹمز میں نت نئی ورائٹی متعارف کروائی جا رہی ہے۔ جہاں بے فکری ہو وہاں لوگوں کیلئے بہت کچھ کرنے کیلئے نہیں بچتا وہ ہر چیز کو آسان اور جلدی حاصل کرنا چاہتے ہیں۔

بھوک ایک خودکار عمل ہے اسے بڑھایا گھٹایا جا سکتا ہے' اس کیلئے مضبوط قوت ارادی کی ضرورت پڑتی ہے لیکن تحقیق بتاتی ہے کہ لوگوں میں کھانے کا شوق پچھلی چند دہائیوں سے زیادہ بڑھ گیا ہے' اس کی وجہ جگہ جگہ اور باآسانی دستیاب کھانے کی اشیاء ہیں پہلے کے مقابلے میں کھانے کی اقسام اور معیار میں اضافہ ہو گیا ہے' آپ کہیں باہر جا کر کھانے سے کتراتے ہیں تو صرف ایک فون کال پر من پسند کھانا آپ گھر بیٹھے کھا سکتے ہیں۔ جب ہم ضرورت سے زیادہ کھاتے ہیں تو جسم میں موجود ایک میکنزم اسے حراروں کی شکل میں جمع کرنا شروع کر دیتا ہے اور اس کی رفتار میں اضافہ کھانے کی بڑھتی مقدار سے ہوتا رہتا ہے۔ لوگ جانتے ہیں کہ انہیں کیا کھانا ہے اور کیا نہیں! لیکن شاید اب اس بات پر توجہ نہیں دینا چاہتے اور ماحول میں بسی خوشبوؤں سے خود پر قابو رکھنا بھولتے جا رہے ہیں۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ جن لوگوں نے خود پر صبر کر کے اپنی اس عادت کو بدلنے کی کوشش کی تو چند ہی دنوں بعد وہ فرسٹریشن کا شکار ہو گئے۔

صحت کے ایک امریکی ادارے نے امریکیوں میں موٹاپے کے اعداد و شمار ظاہر کیے ہیں جس کے مطابق پچھلے 25 سالوں میں 4.5 فیصد سے تعداد بڑھ کر 32.2 فیصد ہو گئی ہے۔ فربہی کا یہ رجحان دنیا بھر کے سماجی و معاشی طبقات میں بڑھ رہا ہے۔

اگر بھوک لگنے کا عمل خودکار ہے تو اسے کنٹرول کیا جا سکتا ہے لیکن مختصر عرصے کیلئے آزما کر دیکھئے مثلاً آپ سوچیں کہ مجھے وزن میں کمی کرنی ہے اور ڈائٹ شروع کر دیں۔ آپ سخت ڈائٹ کریں اچانک سب کچھ کھانا چھوڑ دیں گے یہ عمل کتنا عرصہ جاری رہ سکے گا آپ خود نوٹ کیجئے گا چند ہی دنوں میں آپ کو پہلے سے زیادہ بھوک ستانے لگے گی اور آپ کھانے پر ٹوٹ پڑیں گے۔ یہ طریقہ ٹھیک نہیں ہے۔ اس طرح اچانک سب چھوڑ دینا اور پھر اچانک پہلے سے زیادہ کھانا صحت کے بے شمار مسائل کے ساتھ وزن میں بے تکا اضافہ بھی کر دے گا۔ عام خیال یہی ہے کہ جسم سے زائد چکنائی کو ختم کرنے کیلئے کم حراروں والی غذائیں لی جانی چاہئیں' یہ معدے کا نظام دو ہفتوں میں درست کر سکتا ہے۔ کھانے کو بالکل چھوڑ دینے سے زیادہ بہتر یہ ہے کہ کھانے کی مقدار اور روٹی میں کمی کر دی جائے لیکن یہ بھی بتدریج کرنا چاہیے کھانے کی کم مقدار کو خاطر خواہ قدرتی غذاؤں میں تبدیل کریں تاکہ وہ آپ کو فائدہ پہنچائیں۔ اگر آپ کو وقت بے وقت بھوک لگتی ہے تو دن میں تازہ سبزیوں' پھلوں کے جوس اور اسنیکس سے اشتہا انگیزی پر قابو پا سکتے ہیں۔ سیال اشیا کا مناسب استعمال جسم کے میٹابولزم اور نظام ہاضمہ کی فعالیت کیلئے انتہائی زود اثر رہتا ہے۔

لیکن اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ آپ صرف پانی پر اکتفا کریں۔ سوپ (بغیر کریم والے) تازہ پھل' سبزیوں کے جوس (بغیر چینی والے) اور نباتاتی چائے اپنے روزمرہ کے معمولات میں مائع کے طور پر شامل کیجئے روزانہ کم از کم ایک لیٹر مائع کو ڈائٹ کا حصہ ضرور بنائیے۔ گرمی کے دنوں میں اس کا استعمال مزید بڑھا دینا چاہیے لیکن بہت زیادہ نہیں کیونکہ اس طرح پانی کی زیادتی سے زہر آلودگی ہو سکتی ہے جو پانی کی کمی کی طرح ہی جسم کیلئے نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔

ایسے افراد جنہیں یہ شکایت رہتی ہے کہ ذرا سا کچھ کھایا اور پیٹ میں اپھارا ہو گیا' انہیں اپنی خوراک پر نظر دوڑانی چاہیے' غذا جتنی سادہ اور تازہ ہوگی اس کی غذائیت بھی اثر کرے گی' بہت سے لوگ چہرے کو جھریوں سے بچانے کیلئے بے دریغ جلدی جلدی چیونگم چباتے رہتے ہیں۔ اس کی وجہ سے کچھ ہی عرصے میں انسان کا پیٹ پھول جاتا ہے۔ کیونکہ ایسا کرنے سے کثیر مقدار میں ہوا پیٹ کے اندر چلی جاتی ہے۔ وزن میں کمی یا فٹ رہنے کیلئے ماہرین غذا روزمرہ خوراک میں پانچ حصے تازہ پھل اور سبزیوں کو دیتے ہیں آپ کوشش کیجئے کہ یہ عادات اگلے دو ہفتوں تک برقرار رکھیں پھر رفتہ رفتہ اس کے دورانیے میں اضافہ کرتے جائیں۔ ایسے پھل جو کلینزنگ کی خصوصیات سے بھرپور ہوتے ہیں جیسے بلیک بیری' بلیو بیری' رن بیری اور اسٹرابیری جبکہ ناشپاتی' سیب' پائن ایپل یا انناس میں پایا جانے والا ایک انزائم جو Bromelain کہلاتا ہے نظام ہاضمہ کی درستگی کیلئے نعمت تصور کیا جاتا ہے۔ سبزیوں میں پالک' سلاد' ٹماٹر' چقندر' پھول گوبھی یہ تمام سبزیاں وٹامنز اور پانی سے مالا مال ہوتی ہیں اور جسم کی کلینزنگ بھی کرتی ہیں کیونکہ ان میں پوٹاشیم وافر مقدار میں ہوتا ہے۔

نمک کا استعمال کم کیجئے' براؤن بریڈ' چائے' کافی اور کولا مشروبات کو انتہائی کم مقدار میں لینے کی عادات ڈالیں۔

ایروبک ورزشیں مثلاً تیرنا اور تیز تیز چلنا' جسم کے میٹابولزم کو بڑھاتی ہیں۔ حراروں کو جلانے اور جسم کی ساخت کو خوشنما بناتی ہیں۔ دن میں صرف 20 منٹ آپ ایروبک کیلئے نکال سکتے ہیں۔ آپ تصوراتی سائیکل چلانے کے انداز میں کی گئی ورزش سے خاطر خواہ نتائج حاصل کر سکتے ہیں اس کیلئے فرش پر سیدھے لیٹ جائیں اب اپنی کمر کو بالکل سیدھا فرش سے لگا کر دونوں گھٹنوں کو موڑ لیجئے۔ کمر کے نچلے حصے کو فرش سے چپکانے کی کوشش کریں اس طرح کہ پیٹ کے پٹھے بھی کھنچے رہیں اپنے دونوں ہاتھوں کو سر کے نیچے موڑ کر رکھ لیجئے۔ اپنے پیر اس قدر اٹھائیے کہ ٹانگوں کا نچلا حصہ فرش کے بالکل متوازی آ جائے پھر اپنی دائیں کہنی اور بائیں گھٹنے کو ایک دوسرے کی طرف لانے کی کوشش کریں' اس ورزش کو بائیسائیکل پیڈل ورزش کہا جاتا ہے۔ اس دوران سانس کی رفتار فطری رکھئے اب آہستگی سے مخالف ہاتھ کی کہنی اور گھٹنے کو اسی طرح حرکت میں لائیں' اس ورزش سے جسم ایک نئے Posture میں آتا ہے' اس لیے اسے دہرانے کا عمل روزانہ رفتہ رفتہ بڑھائیں۔

# خالص شہد کے متلاشی مایوس نہ ہوں!!!

"شہد" کے بارے میں کچھ کہنے سے پہلے ہم ابتداء فرمان الٰہی سے کرتے ہیں۔ فرمان الٰہی ہے فِیْهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ "اس میں لوگوں کیلئے شفاء ہی شفاء ہے۔" "شہد" کیمیائے صحت مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ دل و دماغ اور معدہ و جگر کو غضب کی تقویت بخش کر حرارت غریزی میں تحریک پیدا کرتا ہے۔ "شہد" مصفی خون ہونے کے علاوہ مولد خون بھی ہے۔ جگر میں ٹھنڈک پیدا کرنے کیلئے پانی میں شہد ملا کر استعمال کریں۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص ہر ماہ میں تین دن تک صبح کے وقت شہد چاٹے گا اسے کوئی بڑی بلا بھی تکلیف نہیں دے گی۔ شہد با آسانی لیسدار بلغم کا اخراج کرتا ہے۔ جسم کی ردی رطوبت کو دور کرتا ہے۔ بلغمی امراض مثلاً فالج' لقوہ' استرخاء میں بہت نافع ہے۔ نمک لاہوری اور پیاز کے رس کے ساتھ استعمال کرنے سے دمہ' آنکھوں کی کھجلی اور سفید موتیا کو فائدہ دیتا ہے۔ دماغ کی تقویت اور جھریوں سے نجات کیلئے غذا میں دودھ' مکھن' شہد استعمال کریں۔ اس کی افادیت کے سلسلے میں ہندی وعید کا ایک واقعہ پڑھیے اور شہد کی اہمیت اور افادیت سے واقفیت حاصل کیجئے۔ کہتے ہیں کہ میں گزشتہ جنوری کی 16 تاریخ کو دریائے گنگا کے قریب واقع ایک اندھیرے کمرے میں داخل ہوا میری غذا دودھ' مکھن اور شہد پر مشتمل تھی۔ دن بھر مجھے آرام کرنا پڑتا اور صبح و شام میں غور و فکر میں مشغول رہتا میں فروری کی 28 تاریخ تک وہیں رہا جب میں وہاں سے واپس ہوا تو ایک مختلف قسم کا آدمی دکھائی دیتا تھا۔ میرے چہرے پر جو جھریاں مکڑی کے جالے کی طرح چھائی ہوئی تھیں مکمل طور پر ختم ہو چکی تھیں۔ میرے مسوڑے پھر سے مضبوط ہو چکے تھے۔ میرے عزیز و اقارب جو میرے بڑھاپے کی صورت سے آشنا تھے ان کیلئے اب میری پہچان مشکل ہو گئی تھی۔ کیونکہ میرا رنگ و روپ بدل چکا تھا۔ میں اپنی عمر سے تیس برس چھوٹا دکھائی دیتا تھا۔ شہد پانی میں ملا کر استعمال کرنے سے سینہ کے فاسد مواد' تھوک' بلغم' کھانسی دور ہو جاتی ہے۔ سفید پیاز کا پانی شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے تولید منی بڑھ جاتی ہے۔ شہد میں لہسن پیس کر چاٹنے سے بچھو کا زہر اتر جاتا ہے۔ گردے و مثانے کی پتھری کو توڑتا ہے۔ دانتوں کو صاف کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔ آیورویدک میں شہد معدہ کو تقویت دیتا ہے۔ رنگت کو نکھارتا ہے حسن افزا ہے' بھوک لگاتا ہے' دل کے جملہ امراض کیلئے نافع ہے' آواز میں رس پیدا کرتا ہے علاوہ ازیں جزام' جریان' جلن' کھانسی' خفقان' پیاس' افساد خون' پاگل پن' ہچکی' دمہ' پسلی کے درد' امراض چشم' قبض کیلئے انتہائی مفید ہے۔ شہد پھیپھڑوں کو تقویت دیتا ہے۔ حلق کی خشکی اور تنفس کی تکلیف کو دور کرتا ہے اور دمہ کے مرکبات کا جز و اعظم ہے۔ شہد امراض زنانہ کیلئے نہایت مفید دوا ہے۔ اس کا حمول امراض رحم کیلئے مفید ہے۔ اس کے کھانے سے دودھ' پیشاب اور خون حیض خوب جاری ہو جاتے ہیں۔ یہ زخم کو تمام مواد فاسدہ سے صاف کرتا ہے۔ اگر تازہ زخم پر شہد کا پھاہا رکھ دیا جائے تو زخم بہت جلد بھر جاتے ہیں۔ تیز دھار ہتھیاروں کے زخم مندمل کرنے کیلئے شہد ایک عمدہ آزمودہ دوا ہے۔ جلی ہوئی جگہ پر شہد کا لیپ بڑا مفید ہے۔ ٹھنڈے پانی کے ایک گلاس میں کھانے کے دو چمچ شہد ملا کر پینے سے اچھی نیند آتی ہے۔ شہد جسم کی نمی کو پورا کرتا ہے لہٰذا دبلا ہونے کیلئے بہت مفید نسخہ ہے۔ یہ بڑھاپے کو جلدی آنے سے روکتا ہے۔ شہد کی ایک سلائی آنکھوں میں لگانے سے آنکھوں میں چمک پیدا ہوتی ہے۔ پانی کے گلاس میں لیموں اور شہد ملا کر پینے سے پورے جسم کی صفائی کے ساتھ رنگت نکھر جاتی ہے۔ روزانہ کھانے کے ساتھ تھوڑی مقدار میں شہد کھاتے رہنے سے نظام ہضم درست رہتا ہے اور تیزابیت کنٹرول میں رہتی ہے۔ شہد السر میں بھی مفید ہے۔ شہد بالوں پر لگانے سے جوئیں اور لیکھیں مر جاتی ہیں۔ بالوں کی مضبوطی اور قدرتی چمک کیلئے کھانے کے 4 چمچ شہد میں کھانے کے 2 چمچ خالص زیتون ملا کر خوب حل کر کے سر پر مساج کریں پھر کھولتے ہوئے پانی میں تولیہ نچوڑ کر سر پر رکھیں۔ تیل سر میں خوب جذب ہونے دیں نصف گھنٹہ بعد سر دھو ڈالیں۔ اس کے علاوہ شہد فیشل ماسک اور ہینڈ لوشن کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے اس سے جلد صاف اور ملائم ہو جاتی ہے۔